

INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE

RECONOCIMIENTO DE VALIDEZ OFICIAL, ACUERDO SEP. NO. 15018
PUBLICADO EN EL DIARIO OFICIAL DE LA FEDERACIÓN
EL 29 DE NOVIEMBRE DE 1976.



DEPARTAMENTO DE SALUD PSICOLOGÍA Y COMUNIDAD MAESTRIA EN PSICOTERAPIA

**El bienestar psicológico percibido por jóvenes que viven
en distintas configuraciones familiares en la ZMG**

TRABAJO QUE PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO/A EN PSICOTERAPIA PRESENTA

LIC. Bárbara Marcela Álvarez Avilés

**ASESOR/A DEL TRABAJO
Dra. Rocío Enríquez Rosas**

**COMITÉ LECTOR
Dr. Luis Miguel Sánchez Antillón**

TLAQUEPAQUE, JALISCO A 20 de Febrero del 2013

Índice

| | |
|--|-----------|
| Índice | 1 |
| Introducción..... | 2 |
| Antecedentes | 3 |
| Planteamiento del problema | 21 |
| Pregunta central y subsidiarias..... | 27 |
| Señalamiento del objetivo central y subsidiario | 27 |
| Metodología..... | 28 |
| Análisis de datos | 30 |
| Encuadre ético del estudio..... | 31 |
| Presentación de los resultados | |
| Apartado personal, relacional y metas a corto y largo plazo | 32 |
| La vida familiar y emocional..... | 41 |
| Conclusiones | 49 |
| Referencias bibliográficas | 55 |
| Anexos..... | 58 |

Introducción

El tema a tratar en este trabajo es el bienestar psicológico. Entendido éste por los múltiples factores que se reflejan desde lo intrínseco hasta lo extrínseco en la vida de un sujeto, como por ejemplo, sus emociones -positivas y negativas-, relaciones familiares, conductas, pensamientos, así como sus relaciones personales.

El bienestar fue vinculado de manera directa con la configuración familiar de los sujetos que participaron en la investigación. Se parte de la premisa que el bienestar está relacionado con la configuración familiar que presentan los sujetos, y que con base a esta configuración, un sujeto puede considerarse con características cualitativamente distintas en las formas de significar el bienestar y el malestar.

La metodología empleada para lograr analizar esta posible relación fue la entrevista a profundidad con enfoque autobiográfico y una evaluación de bienestar psicológico que se aplicó a cada uno de los participantes, ésta última como complemento de la entrevista.

En el apartado de antecedentes se comenzará hablando acerca de la vida familiar en México y como esta ha ido cambiando con el paso del tiempo, dando lugar a nuevas configuraciones que antes no estaban presentes; posteriormente se hablará acerca de género y familia desde un panorama histórico, en donde el papel que ha tenido la mujer es fundamental para entender los cambios que se han ido dando en la misma configuración y la manera en que cada uno de los miembros de la familia integran dichos cambios; el siguiente tema a abordar será el divorcio y los cambios que éste trae consigo en la vida familiar, pero que de alguna u otra forma se reflejan en la vida social; se proseguirá con el tema de bienestar y todo lo que este engloba, para posteriormente vincularlo con las configuraciones familiares.

Los apartados que siguen son los referentes al planteamiento del problema (pertinencia social, personal y académica); las preguntas de investigación (central y subsidiarias) y los objetivos generales y particulares. La metodología consiste en una breve aproximación teórica acerca de las herramientas que se emplearon en la investigación, mismas que fueron trabajadas desde un enfoque triangular en donde el principal método fue el cualitativo (entrevista a profundidad), los análisis de datos que consisten en describir de qué manera se llevaron a cabo éstos, a partir de los resultados obtenidos a lo largo de toda la investigación. El encuadre ético, en donde se explicará de qué manera se llevó a cabo la confidencialidad en el trabajo, así como la manera en que se retribuyó a las personas que participaron en dicho trabajo. Y por último, el apartado de resultados que consta de dos capítulos y conclusiones, así como la bibliografía y los anexos.

Antecedentes

Matrimonio y familias en México

La regulación de la vida familiar en México parte de la familia nuclear como el modelo de familia esperado, y tanto la Iglesia católica como el Estado lo favorecen. La familia, como institución, moldea no sólo a los integrantes de la misma, sino a toda la sociedad a la cual pertenece.

Jelin (1998) menciona que la diversidad familiar ha existido desde siempre, comenzando con etapas antiguas. Por mencionar algunas de estas etapas, podemos nombrar a la familia en el México prehispánico, la familia en el México colonial, la familia en el siglo XIX y la familia en el siglo XX.

La autora señala que en cada una de estas etapas se pueden identificar prácticas familiares diferentes, por poner un ejemplo, en el México prehispánico los integrantes de las familias podían tener hijos en común, eran permitidos los matrimonios por grupo lo cual ocasionaba una dificultad para identificar al padre de los niños, por lo tanto la ascendencia materna en la vida familiar era muy importante.

La familia sindiásmica-el tipo de familia que precedió a los matrimonios por grupos- tiene características muy específicas, una de las cuales es que aquí se podía conocer al padre de los hijos, lo cual ocasionó una nueva distribución de los roles laborales dentro de la misma familia, en donde los instrumentos de trabajo y domésticos pasan de la vida colectiva a la privada, lo cual hace necesario una nueva forma familiar en donde se pueda heredar la riqueza. A ésta nueva forma de familia, que es la que procedió a la familia sindiásmica, se le conoce como monogámica. Esta se caracteriza porque el hombre tiene dominio sobre sus hijos y sobre su esposa, implicando un mayor control tanto individual como social que en etapas anteriores.

La mujer pasó a un rango inferior que el hombre y se presentó la subordinación ante éste. Actualmente en la cultura occidental, el modelo monogámico, heterosexual y patriarcal continua muy vigente y favorece solo la unión entre hombres y mujeres; todo esto conforma la institución que se conoce como 'familia', dando lugar a un modelo a seguir en donde la familia que cuenta con un padre, una madre e hijos, continúa siendo el modelo vigente más frecuente.

Un poco antes de comenzar el siglo XX, y gracias a los cambios económicos que sufrió el país, la mujer entró de lleno en el campo laboral y el hombre se enfrentó al desempleo, por lo cual fue necesario una nueva reestructuración de roles y dinámicas dentro de la familia.

Clasificación de hogares

A continuación se presentará una breve clasificación de cómo la INEGI tipifica a los hogares familiares en diferentes configuraciones.

Hogares:

1. Familiares:

- 1.1 Nucleares: Biparentales (papá, mamá e hijos), monoparentales (papá o mamá e hijos) y pareja sin hijos.
- 1.2 Ampliados: Hogar nuclear con otros miembros emparentados con el jefe o la jefa de familia.
- 1.3 Compuestos: hogar nuclear o ampliado más personas sin parentesco con el jefe o la jefa del hogar (Familia compuesta)

2. No familiares:

- 2.1 Unipersonales: Integrado por una sola persona.
- 2.2 Corresidentes: Dos o más personas sin lazos de parentesco.

A pesar de que los hogares familiares nucleares siguen siendo los que predominan, se han presentado cambios importantes en este rubro con el paso del tiempo.

Según el censo que realizó el INEGI en el 2010:

Entre 1990 y el 2005 los hogares familiares nucleares presentaron una disminución de 1.7 puntos porcentuales, pasando de 63.1% a 61.4%, en este mismo año los hogares de familias compuestas tuvieron una presencia de 2% del total, los hogares no familiares representaron 14.8%, el modelo tradicional de padre proveedor, madre ama de casa e hijos, se encontró en el 36% de los hogares y la proporción de familias nucleares monoparentales aumento de 15% a 19%.

En el 2010 los hogares familiares ascienden a 91.2%, los hogares no familiares representan 7.95%, 74.27% de los hogares familiares son nucleares, 24.33 % son ampliados y 0.63 % son compuestos.

En Jalisco actualmente los hogares con jefatura masculina en son de 1, 359,424 y en todo México de 21, 243,167 y los hogares con jefatura femenina son de 443,000 y en todo México de 6, 916,206. En el censo 2000 el país tenía 20. 6% de hogares con jefatura femenina.

Consideró importante prestarle atención a estas cifras, ya que nos hablan de cómo los hogares familiares nucleares están disminuyendo para dar lugar a configuraciones diferentes.

Para analizar a la familia mexicana contemporánea hay que tomar en cuenta varios factores, como las condiciones políticas, sociales y económicas que han intervenido en la configuración de ésta.

En el plano político existe una preocupación del Estado para controlar las tasas de fecundidad, por lo cual se han implementado numerosas campañas para hacer consciente a la gente de esta problemática y se han visto resultados, ya que la tasa de fecundidad ha disminuido considerablemente de 1970 al 2012 de 5.7 a 2.0.

Desde lo social, el marco o las transformaciones en la dinámica familiar son vistos desde el marco de la modernidad poniendo cada vez mayor énfasis en la individualidad.

Y en el plano económico, destacan las crisis económicas que se han presentado, lo cual ha propiciado un reajuste en los roles.

El Consejo Estatal de Población en Jalisco destaca las importantes transformaciones que han venido experimentando los hogares. Para empezar en el número de integrantes, ya que en 1990 uno de cada tres hogares tenía seis o más integrantes, mientras que en 2010 es el 18.6%. Además se incrementó 33.0% el porcentaje de hogares con jefatura femenina, al pasar de 18.5% en 1990 a 24.6% en 2010. Resalta que el 75% de los niños cuentan con presencia de sus padres en la misma vivienda, el 16% vive con tan sólo uno de ellos, mientras que el 3% de los niños no viven en la misma vivienda que sus padres.

Porcentaje de hogares según jefatura

Jalisco, 1990-2010

| Jefatura | 1990 | 2000 | 2005 | 2010 |
|--------------------|------|------|------|------|
| Jefatura Masculina | 81.5 | 79.2 | 76.3 | 75.4 |
| Jefatura Femenina | 18.5 | 20.8 | 23.7 | 24.6 |

Fuente: Elaborado por la Secretaría de Desarrollo Humano con base al Instituto Nacional de Estadística y Geografía, censos y conteos nacionales.

Un factor social que hay que tomar en cuenta para analizar a la familia es el factor del género. Los roles tradicionales dictan que el hombre es el encargado de llevar el dinero a la casa y es el que toma las decisiones importantes tanto de sus hijos, como de su esposa, en cambio, ésta es la que se encarga del hogar y de los hijos. Pero actualmente son cada vez más las mujeres que son consideradas como jefas de la casa, los hombres también han ido cambiando, involucrándose cada vez más con cuestiones domésticas y del cuidado de los niños.

Estos cambios parecieran relativamente nuevos, sin embargo Collignon, M., Rodríguez, Z, Bárcenas, K. (2010) señalan que antes de la conquista en México, la desigualdad entre hombres y mujeres, así como en sectores de clase económica alta y el resto de las personas, formaron una diversidad de configuraciones familiares. Por ejemplo, la poligamia era permitida, pero sólo para la clase alta; y la monogamia era la forma familiar que predominaba en el resto de la gente; esto respondía a cuestiones económicas, ya que en la clase alta el hombre contaba con los recursos necesarios para mantener a varias mujeres.

La cohabitación era una práctica común en el México prehispánico y lo hacían como un ejercicio previo al matrimonio. Collignon, Rodríguez y Bárcenas (2010) mencionan que las uniones de visita, la cohabitación, los emparejamientos esporádicos y el concubinato estuvieron presentes como formas familiares.

Otra característica importante es que desde esta época ya se inculcaba la sumisión de las mujeres a los hombres y también se practicaba el divorcio y el incesto.

Después de la conquista se instauró la religión católica, ésta comenzó a regular a la familia mediante la obligación de contraer matrimonio religioso, implicando un desafío para las personas.

En un tiempo, la regulación se daba a través solamente de la Iglesia, sin embargo en 1857 con la proclamación de las leyes de reforma se inició una nueva etapa en donde la familia podría construirse por razones no religiosas y el Estado comenzó a tener mucho peso en la regulación familiar.

A la familia actualmente, la regulan principalmente la religión católica y el Estado. Estas dos instituciones son las que dictan qué está bien y qué está mal, qué sí se puede hacer y qué no en la dinámica familiar.

Collignon, M., Rodríguez, Z, Bárcenas, K. (2010) señalan que estas dos instancias (la Iglesia católica y el Estado) se han encargado de proclamar y favorecer, de diversas maneras, la construcción familiar nuclear tradicional, dejando a todas las demás configuraciones familiares con una legitimidad mucho menor tanto religiosamente como legalmente. Sería necesario replantear la legitimidad de la familia nuclear para que todas las personas puedan gozar de beneficios legales y no sólo las personas que conforman la familia tradicional, que como se ve, sigue teniendo una legitimidad muy grande, sino también todas las otras personas que conforman todas las diferentes configuraciones familiares.

En México desde la época colonial se han presentado tres tipos de matrimonios distintos: el indígena, el religioso y el civil. Todos ellos favoreciendo el control y el sometimiento al modelo predominante.

“Si partimos de los principios de libertad y de igualdad, más que de las normas religiosas, morales y políticas, podemos decir que existe un espacio en el que las prácticas y formas familiares en su diversidad toman una posición no por debajo de lo que los modelos familiares establecen sino más bien en paralelo” (Rodríguez y Bárcenas, 2010, p. 171).

La importancia que están teniendo los diferentes tipos de configuraciones familiares en México no se puede negar y cada día van en aumento, como los autores mencionan todas estas diversidades que conforman estas configuraciones deberían, desde mi punto de vista, tomar un papel igual de importante que la familia nuclear tradicional, ya que forman parte de los modelos familiares que actualmente existen.

La diversidad de configuraciones familiares

El concepto de familia parte de una cuestión biológica que está ligada a la sexualidad y a la procreación. La familia regula y confiere significados sociales a estas dos vertientes.

Dependiendo del contexto ambiental y socio cultural es como se han ido conformando las configuraciones familiares, por lo cual estas configuraciones se han

dado de maneras muy diversas. Las familias son diferentes dependiendo del lugar donde radican, así como también de su economía, su etnia y su cultura; no es lo mismo una familia rural a una urbana o una mexicana a una nicaragüense. El contexto es de suma importancia para entender las pautas de conducta de una población determinada.

En México la familia nuclear tradicional, caracterizada por la convivencia de un matrimonio monogámico y sus hijos, era y sigue siendo la familia ideal y la que actualmente impera en la sociedad. Sin embargo, debido a múltiples factores esta organización está perdiendo legitimización de manera significativa y está dando paso a diferentes tipos de configuraciones.

La sexualidad, la procreación y la convivencia [...], las tres dimensiones que conforman la definición clásica de la familia [...] han sufrido enormes transformaciones y han evolucionado en dimensiones divergentes. (Jelin, 1998. p 16)

Esteinou (2008) menciona que todos estos cambios han traído consigo una multiplicidad de formas de familia y convivencia dentro de las mismas. Actualmente pueden existir cualquier tipo de combinaciones donde la gente se agrupa para vivir bajo un mismo techo y a todas estas se les puede dar el nombre de familia.

Esteinou (2008) señala que entre los diferentes tipos de familia que se presentan en la actualidad destacan las familias nucleares convencionales, las familias nucleares de doble ingreso, las familias nucleares reconstituidas, las familias nucleares monoparentales con mujer a la cabeza y las familias extensas de distintos tipos.

La familia patriarcal-una de las características de la familia nuclear tradicional, en donde el hombre es el proveedor económico y todos los demás miembros de la familia tenían que seguir sus normas y reglas independientemente de que estuvieran de acuerdo con él o no- está cambiando, aunque sigue teniendo un peso grande. La familia como institución no se está destruyendo, simplemente la estructuración familiar tradicional está transformándose.

La modernidad y la crisis que nos impone a hombres y mujeres y desafortunadamente también a los niños, la necesidad de ser productivos y competitivos, coexisten con la vida tradicional del respeto a los abuelos, la vigencia del compadrazgo y las calaveras de posadas, generándose así un torbellino de cambios, productos de la urgencia, que se traducen en nuevas configuraciones familiares como madres solteras, padres ausentes, niños de la calle, de las guarderías o de las nanas, según sea el estrato económico y social (Pontón, 1997. p. 13)

Jelin (1998) señala que el modelo patriarcal comenzó a fragmentarse cuando la base material de subsistencia dejó de ser la propiedad de la tierra, que era transmitida hereditariamente y se convirtió en la fuerza del trabajo del mercado, donde la unidad relevante es el individuo y no la familia.

El individualismo está teniendo mayor importancia dentro de la sociedad y tanto hombres como mujeres lo viven y lo expresan de alguna u otra forma.

“En la sociedad individualista el sujeto busca su bienestar personal, se convierte en lo primero y principal para él, la familia se vuelve un instrumento para el aprovechamiento del bienestar de sí mismo, aparece el culto al cuerpo como un elemento narcisista, regímenes dietéticos, cirugías, prótesis, estéticas, etcétera” (Pontón, 1997. p. 109)

Debido a múltiples cambios económicos y sociales que ha tenido occidente se ha dado mucho énfasis en los procesos de individualización, afectando en gran medida la autoridad patriarcal y llevando a un reajuste en los roles y en la dinámica que se da dentro y fuera de la familia.

México se caracteriza por ser tradicionalista, sin embargo con todos estos nuevos cambios la tradición y la modernidad chocan, haciendo que la población en general entre en confusiones acerca de sus roles dentro y fuera de la familia.

Jelin (1998) menciona que la familia es vista como una organización social que tiene estructura, poder y componentes ideológicos y afectivos, los cuales ayudan a que la organización persista y se reproduzca. Los principios de esta organización siguen un orden dependiendo de la edad, del género y del parentesco, lo cual a su vez marca divisiones en cuanto a trabajo, distribución y consumo. En la familia patriarcal el principio de organización es jerárquico.

La familia vista desde una visión de género

Burín (2000) señala que el término género data de 1955 y se refería al conjunto de conductas propias de hombre y de mujeres, fue hasta 1968 donde se comenzó hacer una distinción entre sexo y género, el primero se refiere a la diferencia sexual y el segundo a los significados que cada cultura le atribuye al hecho de ser hombre o mujer. El concepto de género es una construcción socio-histórica.

Por consiguiente, al hablar de género nos referimos tanto a lo femenino como a lo masculino. Es muy común que se relacionen los estudios de género con lo femenino, ya que fue precisamente con base en lo femenino y las desigualdades existentes en cuanto a géneros que se han ido presentando a lo largo de la historia y casi en todas las culturas que los estudios de género empezaron a cobrar importancia, sin embargo, al estudiar lo femenino no podemos dejar de lado su contraparte lo masculino

La aparición de estudios de la mujer, luego estudios de género, correspondió a la ruptura de un tipo de pensamiento, de un quiebre conceptual que inicialmente reconocía una diferencia sexual entre hombres y mujeres,

evidenciada no solo en el cuerpo físico, sino también en la vida social mediante la legislación, las costumbres, las organizaciones familiares; y esta diferencia gestionaba, inevitablemente, una interiorización y subordinación de la mujer a los varones. (Giberti, 2005: 142)

Dentro de la configuración familiar existen dos esferas muy marcadas: el mundo de la producción y el trabajo; y el mundo de la casa y la familia. En el modelo de familia nuclear tradicional, las expectativas sociales son muy diferentes dependiendo del género; el hombre es el encargado del mantenimiento económico de la familia y la mujer es responsable de las tareas de reproducción y crianza domésticas. Esta diferenciación, al menos en occidente, se presentó a partir de la revolución industrial y de la aparición de las fábricas, es en ese momento donde la familia va perdiendo su papel productivo para ocuparse de tareas de reproducción.

Las mujeres aprenden roles básicamente familiares, reproductivos, pertinentes a los lazos personales y afectivos. Los roles masculinos, en cambio, están definidos en nuestra sociedad como no-familiares. Aunque los hombres se interesan por ser padres y esposos- la mayoría de ellos desempeña algunos de estos roles a lo largo de su vida-, la representación social de la masculinidad no se asiente en los roles familiares sino extrafamiliares, especialmente laborales en la organización de la producción (Burin, 1998: 80).

Debido a varias crisis económicas que se han presentado a lo largo de los años el papel, tanto de hombres como mujeres en cuanto al ingreso en el mercado laboral ha cambiado, poniendo énfasis en la entrada de las mujeres a este mercado.

La imagen ideal de un grupo doméstico mantenido por un único salario o ingreso solo puede ser realizada por la clase media. En los sectores más ricos, el mantenimiento del hogar está asegurado por la riqueza más que representado por el salario. Y en las clases trabajadoras, el ideal ha sido poco alcanzado en la práctica, porque los niveles salariales son demasiado bajos para sobrevivir (Jelin, 1998: 42).

Sin embargo la autora también menciona que algo importante de destacar es como estos cambios son diferentes dependiendo de la clase socioeconómica de las familias. Por ejemplo, es más común que la familia de dobles perceptores, en donde dos miembros de la familia trabajan, se dé más en la clase media que en la clase baja. En los sectores de clase baja las mujeres ven el trabajo como una manera exclusiva para complementar el ingreso familiar y no como un medio para crecer y desarrollar sus potencialidades, a diferencia de los sectores medios.

La puesta en crisis del rol de género masculino como proveedor económico se ha producido...por el nivel crítico alcanzado con los modos de empleo y

trabajos tradicionales y...por las profundas transformaciones en la clásica familia nuclear. (Burín, 2007: 3-4)

Considero que hoy en día son cada vez más las mujeres que acceden a la educación en todos los niveles y al mercado laboral, cambiando la dinámica y la percepción de éstas dentro de la familia.

Mauro, Araujo & Godoy (2001) indican que la mujer al trabajar y potencialmente ser la proveedora principal de la familia, es vista por los hombres con temor y disgusto, ya que amenaza su hombría y cuestiona su función de proveedor. Sin embargo las generaciones jóvenes entienden y les es más fácil aceptar este ingreso al mercado laboral que tiene la mujer a comparación de las generaciones mayores.

Considero que si bien es cierto que los hombres se integran cada vez más a la dinámica familiar, muchas mujeres opinan que es de manera muy simbólica ya que los trabajos dentro del hogar no están bien proporcionados y aún son ellas las que cargan con la mayor parte de la responsabilidad.

Gutiérrez (2007) menciona que la incorporación de la mujer en el mercado laboral está creciendo considerablemente, algo que es importante destacar es que no solo las mujeres jóvenes y solteras trabajan, el campo laboral ha abierto nuevas oportunidades en donde las mujeres separadas, viudas, divorciadas y amas de casa se están incorporando a él con mayor frecuencia que en años anteriores.

La entrada de la mujer al campo laboral responde entonces a una necesidad social, económica y política. En primer lugar los sueldos que éstas reciben por hacer el mismo trabajo que los hombres es menor pese a que cuenten con la misma preparación que ellos, por lo consiguiente conviene más contratar a una mujer asegurando un trabajo de la misma calidad pero pagando menos por dicho trabajo; por otro lado, las mujeres se caracterizan por su capacidad de relacionarse -a diferencia de los hombres- lo cual les da una ventaja en el mercado laboral y por último, su gran flexibilidad en cuanto a horarios y tiempos que encajan con lo que la economía necesita en nuestros días .

“El trabajo extradoméstico es visto hoy en día como uno entre varios factores que pueden contribuir a la superación en la subordinación femenina.” (Gutiérrez, 2007: 73)

Una vez que la mujer entró de lleno al campo laboral comenzó a ser fundamental su ingreso en la dinámica familiar, las mujeres gozan de una mayor independencia económica.

Los hombres ya no son necesariamente el soporte-único o principal económico del núcleo familiar, por el contrario, en una proporción importante las proveedoras exclusivas son las mujeres, especialmente en los hogares con jefatura femenina (Olavarría, 2001: 25).

Esto ocasiona que, ellas tengan una sobrecarga, ya que su rol como ama de casa -y en la mayoría de los casos de madre- sigue presente y los tiempos para que lleve a cabo esta labor se acortan. Lo que hace que las mujeres, al ver todo esto, quieran una mayor

igualdad en la relación con una distribución más equitativa en cuanto a las tareas domésticas y al cuidado de los hijos. Los roles de género sí están cambiando, sin embargo, la sobrecarga de la mujer en cuanto a sus actividades cotidianas no se puede negar, lo que refleja que la equidad, en especial en cuanto al papel doméstico, sigue puesta en las mujeres y los hombres solo ayudan en casa pero no existe una división de tareas domésticas formal. Considero que esta desigualdad en cuanto a tareas domésticas se refiere puede llegar a ocasionar conflictos dentro de la pareja, mismos que se reflejan en la esfera de lo social.

“La familia nuclear como institución va perdiendo importancia y se ve desplazada por la importancia atribuida al logro de la felicidad individual.” (Esteinou, 2008: 201) Cada vez es más frecuente que las personas evalúen su matrimonio o vida en pareja sobre bases individuales. Esta individualidad es a su vez reflejada a nivel social y tanto hombres como mujeres la incorporan a sí mismos, dejando inevitablemente la vida familiar de lado o simplemente ya no le dan la importancia que tenía antes.

Depende mucho de la edad y de las vivencias la percepción que las mujeres tienen acerca de su papel en la dinámica familiar y social, así como también el papel que ha jugado el hombre en la misma. Las mujeres más jóvenes se han logrado meter y mantener en el mercado laboral, sin embargo todavía les cuesta entrar, lo que ocasiona poca estabilidad y un retraso en formar una vida en familia, ya que quieren sentirse seguras en sus trabajos antes de comenzar una nueva etapa como madre de familia.

C. Fdez. Villanueva, et al (2003) señalan que inclusive las mujeres que se casan ya no piensan en tener tantos hijos como antes, el ideal es de dos hijos por familias, con esta disminución de hijos aumenta por consiguiente la calidad que se les brinda a cada uno de ellos. Dedicando menos años al cuidado de ellos pero desarrollando un mayor conocimiento sobre los mismos. Esta disminución se debe en gran medida al uso de métodos anticonceptivos y también a la educación.

Esteinou (1999) señala que los programas de planificación familiar implementados por las políticas de población y las políticas de salud han sido importantes promotores en el cambio en el ámbito familiar, fomentando una cultura de planeación y control y concientizando a la población en las ventajas que esto trae consigo. Las políticas de salud también han repercutido en un alargamiento en la esperanza de vida.

Hoy en día no es raro que las personas puedan atravesar por la soltería, el matrimonio, la separación o divorcio, la cohabitación y la contracción de segundas nupcias y en este recorrido las personas adquieren significados diferentes de los que es la pareja y la familia.

Pese a todos los cambios que se están presentando, los prejuicios y valores que se les da a los géneros es algo que en la actualidad sigue presente y tanto hombres como mujeres se han encargado de preservar, dándole a la mujer un nivel inferior que al hombre, mismo que ella interioriza y cree demostrándolo en sus prácticas y su discurso. Esto trae consigo un estado de confusión, en especial en las mujeres con más edad. “Los grupos de mujeres mayores dan la sensación de que se han sentido en cierto modo atrapadas debido a los vertiginosos cambios, de no haberlos asimilado y asumido a

tiempo y ahora consideran que les es mucho más difícil integrarse” (Fdez. Villanueva et al, 2003: 250)

Como psicoterapeutas es fundamental entender estos malestares ya que de ahí se desprenden muchas de las patologías que se están presentando tanto en hombres como en mujeres.

Burín (1996) señala que la subjetividad de la mujer quedó centrada en los roles familiares y domésticos, que pasaron a ser paradigmáticos del género femenino.

Las emociones que prevalecen o se espera que prevalezcan son el amor, la generosidad, el altruismo, la entrega afectiva, etc. Cuando alguno de estos no se presenta es cuando la mujer entra en un conflicto interno producido por un lado por la interiorización de su rol y por otro por lo que la sociedad le demanda.

En cuanto a salud mental se refiere, las mujeres han presentado diversos cuadros clínicos, todos en función del rol que desempeñan, por nombrar algunos tenemos la neurosis del ama de casa, síndrome del nido vacío, depresión de mujeres de mediana edad y la crisis de la edad media de la vida.

Los estereotipos y roles que la sociedad adjudica al hecho de ser hombre o ser mujer determinan en gran medida las relaciones desiguales e influyen de manera directa y algunas veces indirecta en ejercicios de violencia.

Pese a la gran mayoría de los cambios que se están presentando en la actualidad en México, la construcción de estereotipos y roles y la identificación con los mismos, siguen teniendo un peso muy importante en nuestras relaciones tanto dentro de la familia como fuera de la misma.

Como se puede ver, el género sigue siendo un tema importante, no sólo de manera individual sino de manera colectiva, en especial dentro de la vida familia. La carga de roles que las mujeres presentan hoy en día impactan de manera directa con su bienestar, así como los cambios de roles domésticos y laborales que los hombres están presentando en la época actual.

Divorcio y nuevos arreglos familiares

Esteinou (1999) señala que en épocas pasadas, una de las causas más frecuentes para terminar un matrimonio era la muerte de uno de los cónyuges, sin embargo ahora debido a la modernización y a la industrialización, la separación y el divorcio son las causas más frecuentes de terminación de matrimonio en nuestro país. La autora también menciona que esto trae consigo una nueva reestructuración familiar en donde las familias monoparentales o extensas están teniendo un peso mayor que en épocas anteriores.

La frecuencia de divorcio y separación se ha multiplicado y ocurre cada vez más temprano después de iniciada la unión o el matrimonio. De hecho, el índice de rupturas conyugales se ha incrementado entre las personas que pertenecen a las generaciones más recientes, las que se casan a edad temprana y entre las uniones de más reciente formación (Pontón, 1997: 75).

A diferencia de otras crisis evolutivas que son previsibles durante el ciclo de la vida familiar, tales como las que se producen con el nacimiento del primer hijo, la escolarización o la adolescencia, el divorcio constituye una crisis accidental dentro de la familia. (Meler, 1998: 233)

El divorcio supone una serie de cambios y desafíos debido a las alteraciones que se provocan en los roles y en el funcionamiento familiar. Algo fundamental en una situación de divorcio es la relación y la interacción familiar de los padres antes y después de que este se presenta. La residencia del padre o madre en otro hogar implican para el hijo una pérdida importante de recursos personales y económicos. Afectando la relación del niño tanto con su padre como con su madre.

Algunos estudios señalan que el divorcio supone una transición que se asocia a diversos factores que intervienen en la eficacia de las prácticas de crianza, los progenitores de hogares monoparentales dedican menos tiempo a la supervisión general, como por ejemplo, la supervisión día a día del trabajo escolar. “Las familias nucleares y las más estables a través del tiempo aplican unas prácticas de crianza más adecuadas que los hogares expuestos a transiciones familiares” (Cantón, Cortés y Díaz, 2000: 162).

Cantón, Cortés y Díaz (2000) también mencionan que los hogares que no han sufrido de alguna readaptación puntúan más alto en prácticas democráticas sin importar la clase social o la etnia a la que pertenecen.

Considero que los efectos del divorcio no tienen por qué ser necesariamente negativos, siempre el divorcio conlleva dificultades sin embargo la mayoría de los niños, a la larga, consiguen adaptarse.

Burín, M., Meler. I. (1998) mencionan que en todas las familias, ya sean tradicionales o reconstruidas las prácticas de crianza influyen de manera directa en la adaptación de los hijos.

Cantón, Cortés y Díaz (2000) nos dicen que las divorciadas con la custodia exclusiva tienen menos habilidades de crianza que las casadas, manteniendo una relación más distante con los hijos y con una capacidad menor de solución de problemas.

Los conflictos entre los padres afectan más negativamente a los hijos de divorciados que a los de hogares intactos, probablemente debido a los sucesos vitales estresantes que también deben afrontar. Por el contrario, cuando significa un cambio a una situación más armoniosa, menos estresante, los niños y adolescentes de hogares monoparentales tienen un nivel de adaptación similar al que presentan los que viven con sus dos progenitores. (Cantón, Cortés y Díaz, 2000: 193-194)

Esto nos dice que los hijos se encontrarían mejor psicológicamente en un hogar monoparental feliz que en una familia intacta conflictiva.

Las familias monoparentales que se presentan con mayor frecuencia posterior al divorcio o la separación son las encabezadas por jefatura femenina. La familia

matriarcal comienza a tener un peso considerable dentro de la sociedad y se ha visto que puede mantener económicamente a la familia y darle una calidad de vida igual o inclusive mejor a la que tenía antes.

Burín, M., Meler. I. (1998) señalan que una vez que las mujeres se separan o divorcian tiende a aumentar su autoestima debido a su mayor independencia y al nuevo control que adquieren sobre su vida.

Cantón, Cortés y Díaz, 2000 mencionan que no es raro que al pasar un cierto tiempo después de una separación los cónyuges vuelven a tener pareja o inclusive se casen formando así una familia reconstituida y creando nuevas relaciones de parentesco. En todas estas nuevas recomposiciones familiares observamos no sólo una variedad de formas y estructuras familiares, sino una variedad de pautas y estructuras de papeles familiares.

Considero que el divorcio o la separación no se tienen que ver necesariamente de manera negativa, sino como una oportunidad de volver a empezar tanto para el hombre como para la mujer.

Depende mucho de cómo vean el divorcio y lo manejen la parejas en turno es la manera en que lo verán y lo vivirán los hijos.

Como se puede ver, el divorcio trae consigo muchos cambios y estos se reflejan en la vida de los sujetos y en el bienestar que estos presenten en un determinado momento.

Bienestar subjetivo y bienestar psicológico

Hoy en día existen muchos estudios sobre bienestar subjetivo que ponen de manifiesto la creciente conciencia que se tiene acerca de la importancia de estudiar factores en pro a la salud mental desde una perspectiva positiva.

Díaz (2001) menciona que la idea del bienestar subjetivo ha intrigado mucho desde hace mucho tiempo sin embargo a partir de las últimas tres décadas se han hecho investigaciones relacionadas a este tema. El bienestar subjetivo se define como la evaluación que las personas hacen a sus vidas incluyendo varias dimensiones. Una es el factor cognoscitivo que tiene que ver con la satisfacción con la vida en su totalidad y por áreas como la matrimonial y la laboral. Otro factor sería el área afectiva que está relacionada en la frecuencia e intensidad de emociones tanto positivas como negativas. Un sujeto presenta alto bienestar si tiene satisfacción con su vida y las emociones positivas son predominantes, al contrario un sujeto presenta bajo bienestar si expresa insatisfacción con su vida y frecuentes emociones negativas.

Díaz (2001) menciona que el bienestar subjetivo tiene que ver con relaciones sistémicas en donde no se puede tomar sólo un elemento como variable a analizar descontextualizándola de todas las demás variables, requiere del uso de un pensamiento dialéctico.

El autor señala que un factor o variable que han tomado muchos investigadores a la hora de analizar el bienestar subjetivo es el aspecto económico. Con respecto a esto se ha encontrado que los reportes de bienestar subjetivo son más altos en los países ricos y

que los cambios en los ingresos tanto positivos como negativos parecen no tener tanta importancia, otras investigaciones se han enfocado en analizar a ganadores de lotería que muestran tan sólo un incremento temporal de bienestar subjetivo, lo cual hace suponer que existe muy poca relación entre los ingresos y el bienestar.

Díaz (2001) menciona que los estudios transculturales arrojan datos interesantes diferenciando entre dos tipos de culturas una individualista y otra colectiva. Las naciones individualistas reportan altos grados de bienestar subjetivo en general pero también se detectan altos grados en las tasas de divorcios y suicidios. En cambio en las culturas colectivas en donde existe una estructura social más segura es posible que esto produzca una menor cantidad de personas muy felices pero con menos sentimientos de depresión y soledad.

El autor menciona algunos ejemplos, en los países en donde es socialmente bien visto experimentar emociones positivas los reportes de bienestar fueron altos.

Las metas personales y los proyectos son otras variables que se utilizan a la hora de analizar el bienestar psicológico. Muchos investigadores creen que existe una posible relación entre el funcionamiento familiar y el bienestar subjetivo, ya que se han visto niveles inferiores de satisfacción en personas que provienen de hogares problemáticos en comparación con personas que se educaron sin este tipo de dificultades.

También se ha visto, según Díaz (2001), que dependiendo de la edad de los sujetos evaluados las satisfacciones cambian, por ejemplo, para estudiantes universitarios los éxitos académicos y la intimidad son poderosos satisfactores, en cambio en las personas jubiladas la satisfacción está relacionada con su participación social y en personas que se encuentran en edad laboral, el trabajo es la principal fuente de satisfacción.

Considero que la red social de apoyo es importante a la hora de analizar el bienestar subjetivo de las personas, creo que el sentimiento de compañía y ayuda brindan seguridad y bienestar para las personas que lo experimentan.

Díaz (2001) señala que otro aspecto básico son los rasgos de personalidad, los estudios en cuanto a este tema muestran una relación entre extraversión y los afectos positivos y una relación entre el neocriticismo y los afectos negativos.

El bienestar subjetivo es el resultado de la actividad sistémica de diversos objetos sinérgicos, como son el macromedio, con sus subsistemas económicos, jurídicos, sociodemográficos; también el micromedio, que comprende subsistemas tales como la familia, la institución escolar, laboral, de salud, de recreación, de cultura, los grupos de referencia y el individual, que regula a través de la personalidad, las influencias de la biología y los sistemas antes mencionados (Díaz, 2001).

En la actualidad, el tema de bienestar (en términos generales) en el ser humano es foco de atención no solo para la psicología sino para las ciencias sociales. Se ha visto que la salud mental se relaciona con muchos otros factores que no necesariamente tienen que ver con lo biológico sino con el bienestar, (en términos generales) ya que es parte de la salud y se manifiesta en todas las actividades de la vida.

El bienestar subjetivo es parte de la calidad de vida de las personas y tiene un carácter temporal y plurideterminado, varios autores definen el bienestar por las diferentes variables que lo componen y otros lo definen en una valoración global.

Existe una relación entre lo afectivo y lo cognitivo, lo cual define al bienestar como una valoración subjetiva entre la satisfacción de la persona y su grado de complacencia entre aspectos globales en donde predominan más los estados de ánimo positivos.

Los términos de bienestar psicológico y bienestar subjetivo están estrechamente ligados, algunos autores los utilizan para referirse a lo mismo.

El bienestar psicológico expresa el sentir positivo y el pensar constructivo que las personas tienen acerca de si mismas, se define por su naturaleza subjetiva vivencial y se relaciona con aspectos del funcionamiento físico, psíquico y social. Se podría decir entonces que el bienestar, tanto psicológico como subjetivo, posee elementos emocionales y cognitivos que se vinculan de manera directa y que están influidos por cuestiones de personalidad, interacción y el contexto.

Así mismo, las causas de bienestar tienden a diferir según el ciclo de vida, las condiciones de vida, el nivel educativo y la ocupación o el grupo social.

El bienestar es una experiencia que se vincula al presente pero que tiene una proyección futura, ya que surge del balance entre las expectativas y los logros en las áreas de interés para las personas como el trabajo, la familia, la salud, las condiciones materiales, las relaciones interpersonales, las relaciones sexuales y la actividad con la pareja.

Las condiciones materiales son otra variable para entender el bienestar pero sólo son vistas como una variable más ya que existen muchas más.

Para entender el bienestar hay que tomar en cuenta diferentes factores, como por ejemplo el nivel de vida. Este se refiere al grado de satisfacción de las necesidades de las personas, así como también el modo de vida que se refiere a la forma en que los miembros de la sociedad utilizan y desarrollan sus condiciones de subsistencia, teniendo en cuenta la actitud subjetiva del hombre hacia este. El modo de vida también tiene un factor biológico, psicológico y social determinando un estilo de vida específico para cada persona, este es representado por el conjunto de conductas de la persona en su medio social, cultural y económico, abarcando todas las esferas de la vida de las personas. La situación de salud está relacionada de manera directa con el modo de vida de la sociedad y el estilo de vida personal de cada uno de los individuos que la integran.

Ryff en Casullo (2002) menciona que algo importante para entender el concepto de bienestar es que existe una relación entre lo social y lo psicológico, donde cada uno de estos aspectos es influenciado por el otro. Por tal motivo los niveles de satisfacción dependen de las condiciones tanto internas como externas.

Los autores también señalan que la satisfacción se construye a través de tres variables fundamentales: Los estados emocionales tanto positivos como negativos, el componente cognitivo y las relaciones vinculares.

Varios investigadores definen el bienestar psicológico como el grado en que las personas juzgan globalmente su vida en términos favorables, otros lo ven como el

resultado de una valoración cognitiva en donde los sujetos discrepan entre sus aspiraciones y sus logros alcanzados.

Se ha visto que la valoración de los eventos vitales en positivos o negativos tiende a modificarse, el bienestar psicológico es estable pero tiende a variar de acuerdo a los afectos predominantes.

Los investigadores señalan que los individuos más felices y satisfechos sufren menos malestares, tienen mayores apreciaciones personales, mejor dominio del entorno y poseen mayores habilidades sociales para relacionarse con las personas. Otros investigadores dicen que la felicidad y el bienestar tienen una fuerte disposición biológica.

La satisfacción según Ryff en Casullo (2002) no es algo fijo pero se supondría que el bienestar psicológico es temporalmente estable, las personas están evaluando continuamente su situación personal a nivel individual y a nivel social, las variables ambientales se combinan constantemente con las variables personales a la hora de analizar el bienestar.

Las metas personales y los proyectos son otras variables que se utilizan a la hora de analizar el bienestar psicológico, así como los afectos y la personalidad.

El bienestar psicológico está compuesto por seis dimensiones bien diferenciadas; apreciación positiva de sí mismo, la capacidad para manejar de forma efectiva el medio y la propia vida, la alta calidad de los vínculos personales, la creencia de que la vida tiene propósitos y significados, el sentimiento de que cada uno va creciendo y desarrollándose a lo largo de la vida, la aceptación del paso de los años y el sentido de autodeterminación (Ryff en Casullo, 2002: 17).

Como se puede ver tanto el bienestar subjetivo como el bienestar psicológico abarcan muchos factores y aspectos que hay que tomar en cuenta para poder evaluarlos, aspectos que tienen que ver no solo con cuestiones externas (tener un trabajo por ejemplo) sino también con cuestiones internas (sentimientos y emociones), así como las relaciones sociales que las personas van formando a través del tiempo. En la medida en que todos estos factores sean considerados óptimos, es cómo se puede ir evaluando que tan satisfactorio es el bienestar en términos generales. Sin embargo en este trabajo se hizo énfasis en el término de bienestar psicológico ya que se considera el más propicio para los fines que el trabajo persiguió y el que mejor engloba lo que personalmente yo entiendo como bienestar.

Masculinidad y feminidad; Ejercicios de violencia en las familias

Es importante tener en cuenta las repercusiones emocionales que todos los cambios en las familias traen de la mano.

Las mujeres siempre han sido un foco de vulnerabilidad para sufrir maltrato y si a esto le sumamos que los hogares con jefatura femenina han ido en aumento y que en algunos casos no cuentan con los recursos económicos necesarios, esta vulnerabilidad crece.

Guadalajara es la segunda ciudad con los más altos niveles de violencia del país, más de la mitad de las mujeres han manifestado haber sufrido maltrato de tipo emocional, económico, físico-o sexual en alguna ocasión.

La autora menciona que algo importante a la hora de analizar la violencia, es como la mujer fomenta dicha violencia dentro de la dinámica familiar.

Reproducir la violencia se ha convertido en uno de los métodos más comunes en Guadalajara y zonas aledañas y esta violencia tiene muchas ramificaciones: violencia entre los padres, violencia de los padres a los hijos, violencia de la pareja hacia la mujer y viceversa.

Enríquez (2010) señala que en algunos casos las emociones que surgen de la violencia la mantienen y reproducen en vez de mitigarla. En especial el miedo y la vergüenza, son proporcionales a la violencia que se vive.

La vergüenza es una emoción social que como tal se inculca y se aprende y un medio donde se aprende es la familia.

La familia (abuelos, tíos, etc.) como red de apoyo está inmersa en el proceso de encubrimiento y complicidad ante la experiencia de violencia, es mejor cargar con la cruz que te tocó antes que admitir sufrir algún tipo de violencia o lo que se vería peor, separarte de la persona que te violenta.

El enojo y el coraje son otras emociones que están fuertemente vinculadas a la reproducción de la violencia familiar.

Las acciones de violencia física desplegadas en el contexto de las relaciones familiares son vistas no en el marco de los papeles socialmente asignados e individualmente aceptados o rechazados, sino como patologías relacionales (Pontón, 1997: 88)

Como podemos ver, actualmente se podría considerar a la violencia como un síntoma que está presentándose en todos los estratos de las familias Mexicanas.

“El acceso al trabajo formal es, sin lugar a dudas, una condición básica e imprescindible para combatir la violencia en los hogares. Las políticas laborales son instrumentos indispensables para garantizar una vida libre de violencia en los hogares” (Enríquez, 20010:19).

No solo las mujeres son las que tiene repercusiones emocionales, los hombres también las padecen pero de manera muy diferente.

Lo masculino y todo lo que esto trae consigo se sigue viendo como normal por lo tanto se deja de lado, centrándose más en lo anormal que se supone está relacionado al ámbito femenino. Sin embargo habría que ver qué tanto la normalidad masculina es normal ya que no sólo los afecta a ellos sino a todas las personas con las que conviven. Las creencias que la sociedad tiene en cuanto a lo que un hombre debe ser están ligadas precisamente a todas las patologías que los hombres están presentando actualmente.

La subjetividad aún hoy se conforma principalmente alrededor de la idea de que ser varón es poseer una masculinidad racional autosuficiente y defensiva-controladora que se define contra y a costa de otro dentro de una jerarquía masculina y con la mujer como sujeto en menos (Segarra, 2000: 47).

De un tiempo a la fecha se puede hablar de depresión masculina sin embargo por ser esta tan diferente a la depresión que comúnmente se conoce se tiende a dejar de lado, pero no por eso deja de estar presente en la sociedad.

Sus síntomas están fuertemente vinculados a cuestiones de identidad de género por eso son diferentes a lo que usualmente se conoce como depresión. Las conductas en vez de los sentimientos son los que salen a la luz en estos casos. Las mujeres aquí toman el rol que creen que les corresponde de cuidadoras y los hombres se apoyan en ellas para de esta manera no reconocer lo que les pasa.

“Muchas veces los hombres sólo pueden sentirse bien consigo mismos cuando saben que les va mejor que a los demás” (Seidler, 2006: 58), e incluso muchas veces sienten que deben sobrevivir por sí mismos a pesar de que estén pasando por un momento difícil en su vida; les cuesta hablar con otras personas y buscar apoyo. Muchas veces sienten vergüenza y aprenden a pretender que todo está bien, lo cual hace que manejen su malestar interno de forma propia y en algunos casos esto mismo los lleve a que exterioricen esto de manera violenta para así poder afirmar su identidad masculina. Los hombres aprenden a temer a sus emociones y sentimientos porque estos pueden hacerlos traicionar su identidad como hombres heterosexuales.

La masculinidad está constituida por conductas y actitudes que diferencian a los hombres y a las mujeres, y a la vez, está constituida también por estereotipos y normas de lo que la sociedad considera que deber ser un hombre. Mucho de esto está en un nivel inconsciente, es algo que se interioriza y de alguna u otra forma llega a ser parte de ellos.

El llenar roles masculinos ha llevado a los hombres a una subjetividad que los aleja de la intimidad con ellos mismos y con sus cuerpos, al igual que distanciarse de ciertos deseos pasivos tales como el miedo, la tristeza y el dolor.

Los términos masculinos y femeninos no simplemente se refieren a la diferenciación de sexos, sino que hay modelos que definen dichos términos como la masculinidad y se esperaría que los hombres sean así, sin embargo el problema que presentan estas definiciones normativas es el hecho de que no todos los hombres cumplen los requisitos de dichas categorías, es por esto que existe una masculinidad hegemónica ya que son muy pocos los hombres que cumplen con todas las demandas de una definición tan rigurosa.

Connell (1997) define la masculinidad como la posición en las relaciones de género, las prácticas por las cuales hombres y mujeres se comprometen con esa posición de género, y los efectos de estas prácticas en la experiencia corporal, en la personalidad y en la cultura. Estas conductas, actitudes, estereotipos y normas están fuertemente relacionados a las problemáticas que presentan los hombres y de alguna u otra manera a

las estructuraciones familiares presentes, ya que es ahí donde se aprenden muchos de estos factores.

Burin y Meler (2000) indican un ideal masculino innovador en donde al hombre se le integre una parte sensible, empática, para que pueda ser más adaptable a los tiempos en los que hoy vivimos, de esta manera los hombres podrían ser emocionalmente más abiertos y no tendrían que depender de que las mujeres interpreten por ellos sus emociones y sentimientos.

Algo que es importante destacar -y es un punto a favor de la diversidad de configuraciones familiares- es que los vínculos que las personas tienen con su grupo de pertenencia o familia de parentesco siguen estando presentes y de manera muy directa. La red social de apoyo, al menos en nuestro país, se ve reflejada en la familia, los abuelos, tíos, etc. La red social de apoyo representa una fuerte ayuda, en especial para las familias monoparentales con cabeza de jefatura femenina.

De unos años a la fecha el concepto de bienestar está teniendo un mayor impacto debido en gran medida a su utilidad para evaluar situaciones de desigualdades individuales o conjuntas. El bienestar corresponde a valoraciones de condiciones que producen una ventaja personal.

Beutelspacher (2000) menciona que el bienestar con base en lo que las personas son y hacen, contiene como elemento central la libertad para elegir. Considero importante lo que menciona este autor. Relacionando lo que él dice a lo visto en este apartado nos podemos dar cuenta como en México muchas condiciones de violencia y desigualdad, factores que no son considerados como proveedores de bienestar, son situaciones que de alguna manera han sido escogidas dentro de otras posibilidades alternas.

Planteamiento del problema

Pertinencia social

La familia, como institución, ha cambiado su configuración a lo largo de los años y estos cambios tienen que ver con cambios a nivel social a lo largo de la historia. Todos estos cambios familiares son diferentes dependiendo de si eres hombre o mujer y dependiendo del contexto en el que se presentan. Se podría decir que el contexto familiar permea la mayoría de los lazos y los valores que van forjando a las personas. El contexto es de suma importancia ya que no hay sujetos al margen de los lazos en el que se constituyen.

Considero que de la configuración familiar se desprende nuestra visión del mundo y el cómo nos comportemos con el mismo. La manera en que nos relacionamos con nosotros mismos y con los demás está fuertemente ligada a nuestra historia familiar, es ahí donde aprendemos a expresar e interiorizar el mundo, tanto individual como socialmente.

En México el significado de familia está asociado a connotaciones positivas como hijos, amor, bienestar, comprensión, casa, cariño, educación, felicidad, etc.

Pontón (1997) señala que cuando se le pregunta a los mexicanos el grado de importancia que tiene para ellos varios aspectos de la esfera pública y la esfera privada, el 85% contestó que para ellos la familia es muy importante en sus vidas, el 67% consideró que el trabajo era importante, la religión 34%, la recreación 28% y los amigos 25%.

Se supondría que uno de los objetivos fundamentales del gobierno de México es empeñar los mejores esfuerzos para lograr mayor bienestar para niños y jóvenes, para las generaciones que vienen y para todas las familias mexicanas. Para lograr esto es necesario un esfuerzo colectivo que cuente con un pilar que es fundamental para su impulso: la familia.

Como podemos ver, en México el peso y los significados que se desprenden de la familia siguen siendo un factor de suma importancia a la hora de entender y analizar las relaciones que se forman tanto dentro y fuera de esta.

Actualmente el INEGI (2010) señala que los hogares con jefatura masculina en Jalisco son de 1, 359,424 y en todo México de 21, 243,167 y los hogares con jefatura femenina en Jalisco son de 443,000 y en todo México de 6, 916,206.

La **COEPO** destaca las importantes transformaciones que han venido experimentando los hogares, para empezar en su tamaño ya que en 1990 uno de cada tres hogares tenía seis o más integrantes, mientras que en 2010 es el 18.6%. Además se incrementó 33.0% el porcentaje de hogares con jefatura femenina, al pasar de 18.5% en 1990 a 24.6% en 2010. Resalta que el 75% de los niños cuentan con presencia de sus padres en la misma vivienda, el 16% vive con tan sólo uno de ellos, mientras que el 3% de los niños no viven en la misma vivienda que sus padres.

Porcentaje de hogares según jefatura
Jalisco, 1990-2010

| Jefatura | 1990 | 2000 | 2005 | 2010 |
|--------------------|------|------|------|------|
| Jefatura Masculina | 81.5 | 79.2 | 76.3 | 75.4 |
| Jefatura Femenina | 18.5 | 20.8 | 23.7 | 24.6 |

Fuente: Elaborado por SDH con base en instituto Nacional de Estadística y Geografía, censos y conteos nacionales.

Es importante comprender el porqué de estos cambios, ya que de ahí se desprenden las nuevas conductas y el nuevo discurso que están presentando las personas y por consiguiente las nuevas problemáticas que como psicoterapeutas estamos enfrentando. Varias de estas problemáticas están relacionadas de manera directa e indirecta con las herramientas psicológicas con las que cuentan las personas y que van utilizando a lo largo de sus vida, muchas de estas herramientas se adquieren en el seno de la familia por lo cual es de suma importancia entender como han sido formadas y forjadas dichas herramientas para una mayor comprensión del bienestar psicológico que está presente a nivel individual pero que de alguna u otro manera se ve reflejado a nivel social.

Mucho del bienestar o malestar que actualmente padece la sociedad en general está fuertemente relacionado con su dinámica familiar. Es importante conocer todo lo que está en juego en esta dinámica.

Se necesita que el gobierno cree espacios adecuados para atender a las personas más vulnerables a sufrir algún tipo de violencia. Tanto a hombres como a mujeres. En esta sociedad se piensa que el cuidado de los otros es responsabilidad de la mujer, de hecho mucho del mercado laboral para ellas está encaminado al cuidado hacia los otros, sobrecargando todavía más las múltiples actividades que de por sí ya tienen.

En cuanto a salud pública se refiere, un aspecto interesante y que está fuertemente relacionado con el género, es que este permea en el tipo y la calidad de la relación paciente-agente médico y de alguna manera u otra condiciona la comunicación, la escucha y la calidad de información que se les brinda. Sería muy importante, como ya se mencionó, que se creen espacios adecuados para atender a la población sin importar el género de la misma.

De mantenerse estas tendencias en la formación de familias en donde los dos miembros de la pareja trabajan, en donde los divorcios son cada vez más comunes dando lugar a nuevas formas familiares, será necesario atender una serie de demandas, como contar con más servicios de atención infantil con el fin de que la mujer pueda desarrollar con más tranquilidad su labor extradoméstica, ampliar la asesoría psicológica y la atención legal para que apoyen a las familias y a todos sus miembros en estos cambios que se están presentando y que según las estadísticas se irán incrementando.

En cuanto a salud mental se refiere, las terapias de pareja y familiares son ahora uno de los dispositivos con mayor peso y cada vez más utilizados dentro de la sociedad actual. A la hora de preguntarnos por qué están teniendo tanto pesos estos dispositivos podríamos deducir que las nuevas estructuraciones familiares traen consigo un cambio radical a nivel individual y familiar y que este cambio a su vez, dependiendo como sea manejado, podría producir malestar o bienestar para los hombres y mujeres que lo viven.

Otro factor importante es la educación, el fomento del compañerismo y los valores que vean, no sólo por si mismos, sino por los demás.

En esta sociedad moderna la individualización se está convirtiendo en algo fundamental, dejando de lado a la comunidad y a las personas que la habitan. Es necesario fomentar estos valores para crear una sociedad concientizada en la importancia de los mismos, ya que a fin de cuentas, el bienestar de los demás repercutirá tarde o temprano en el bienestar individual.

Crear una colectiva de ayuda al prójimo fomentando valores de confianza y colaboración para de esta manera fortalecer las redes sociales de apoyo.

Hay que estar conscientes que tanto la salud, como la educación y el trabajo, son aspectos fundamentales al hablar de bienestar psicológico.

Pertinencia Personal

Como terapeutas no estamos exentos de todos estos cambios que han traído las nuevas configuraciones familiares, al contrario, tenemos que analizar nuestra dinámica y configuración familiar para entender mucho de nuestro quehacer como psicoterapeutas.

En mi caso, yo provengo de una familia tradicional en donde mi papá es el que, durante muchos años, aportó él solo el dinero para mantener a toda la familia y mi mamá se encargó del hogar y de nosotros. Soy la más grande de tres hermanos. Durante mucho tiempo de mi vida me quejé mucho de mi familia y de las problemáticas en las cuales estábamos inmersos y no encontrábamos, en especial yo, una salida.

También durante muchos años a nivel individual y social me sentía carente de herramientas para enfrentar los problemas que se iban presentando a lo largo de mi vida. Sin embargo, conforme fue pasando el tiempo me di cuenta que gracias a todos los obstáculos a los cuales me enfrente y más importante aún gracias a mi familia que nunca me dejó y siempre estuvo ahí para apoyarme, me convertí en la persona que soy ahora y de la cual estoy muy orgullosa.

Para mí el contexto familiar es de suma importancia y es un pilar básico en mi vida, claro está que no siempre lo he visto así y que lidie mucho conmigo misma y mi familia durante muchos años.

Creo que por esta razón quise estudiar el bienestar psicológico y la relación que existe con las configuraciones familiares, además que muchos de mis amigos más queridos se formaron en algunas de las diferentes configuraciones familiares que existen actualmente. Me he dado cuenta que las herramientas con las que contamos cada uno de

nosotros son diferentes y creo que de alguna manera u otra están en relación directa con nuestras configuraciones familiares.

Esté tema es importante para mí a nivel personal y profesional porque creo firmemente que el qué decimos y cómo lo decimos tiene un significado en nuestro contexto y nuestra historia familiar. El hecho de ser psicoterapeuta no deja de lado que también soy persona y mi quehacer profesional está relacionado de manera directa no solo con mi formación profesional sino también con mi formación personal, la cual como ya mencioné, tiene una influencia muy grande de mi contexto familiar.

Creo que esta investigación aporta aprendizajes significativos tanto a nivel profesional como a nivel individual. Por eso la importancia tan grande del tema que escogí.

Pertinencia académica

La familia [...] tiene entre sus funciones proteger la vida y la crianza, favorecer el desarrollo sano de cada uno de sus miembros, así como la transmisión de las costumbres y las tradiciones que conforman la cultura original de cada pueblo. La familia permite al individuo adaptarse a las condiciones históricas y sociales de su tiempo, asegurando así la continuidad en la civilización (Pantón, 1997: 11).

El concepto de familia parte de una cuestión biológica que está ligada a la sexualidad y a la procreación. La familia regula y confiere significados sociales a estas dos vertientes.

Dependiendo del contexto es como se han ido conformando las organizaciones familiares, por lo cual estas organizaciones se han dado de maneras muy diversas. Las familias son diferentes dependiendo del lugar donde radican, así como también de su economía, su etnia y su cultura, no es lo mismo una familia rural a una urbana o una mexicana a una nicaragüense el contexto es de suma importancia para entender las pautas de conducta de una población determinada. Hasta hace poco, la familia nuclear tradicional caracterizada por la convivencia de un matrimonio monogámico y sus hijos era la familia ideal y la que más imperaba en la sociedad, debido a múltiples factores esta organización está perdiendo peso de manera significativa, sin embargo en México, su peso sigue siendo muy grande.

La sexualidad, la procreación y la convivencia [...], las tres dimensiones que conforman la definición clásica de la familia [...] han sufrido enormes transformaciones y han evolucionado en dimensiones divergentes (Jelin, 1998: 16)

Todo esto ha traído consigo una multiplicidad de formas de familia y convivencia dentro de las mismas. Actualmente pueden existir cualquier tipo de combinaciones donde la gente se agrupa para vivir bajo un mismo techo y a todas estas se les puede dar el nombre de familia.

Esteinou (2008) señala que entre los diferentes tipos de familia que se presentan en la actualidad destacan las familias nucleares convencionales, las familias nucleares de doble ingreso, las familias nucleares reconstituidas, las familias nucleares monoparentales con mujer a la cabeza y las familias extensas de distintos tipos.

La familia patriarcal, una de las características de la familia nuclear tradicional, en donde el hombre es el proveedor económico y todos los demás miembros de la familia tenían que seguir sus normas y reglas independientemente de que estuvieran de acuerdo con el o no, está cambiando. La familia como institución no se está destruyendo simplemente la estructuración familiar tradicional está transformándose.

La modernidad y la crisis que nos impone a hombres y mujeres y desafortunadamente también a los niños, la necesidad de ser productivos y competitivos, coexisten con la vida tradicional del respeto a los abuelos, la vigencia del compadrazgo y las calaveras de posadas, generándose así un torbellino de cambios, productos de la urgencia, que se traducen en nuevas configuraciones familiares como madres solteras, padres ausentes, niños de la calle, de las guarderías o de las nanas, según sea el estrato económico y social (Pantón, 1997: 13)

México se caracteriza por ser tradicionalista sin embargo con todos estos nuevos cambios la tradición y la modernidad chocan haciendo que la población en general entre en confusiones acerca de sus roles dentro y fuera de la familia.

La familia es vista como una organización social que tiene estructura, poder y componentes ideológicos y afectivos los cuales ayudan a que la organización persista y se reproduzca. Los principios de esta organización siguen un orden dependiendo de la edad, del género y del parentesco, lo cual a su vez marca divisiones en cuanto a trabajo, distribución y consumo. En la familia patriarcal el principio de organización es jerárquico.

Debido a múltiples cambios económicos y sociales que ha tenido occidente se ha dado mucho énfasis en los procesos de individualización, afectando en gran medida la autoridad patriarcal y promoviendo cada vez más las nuevas estructuraciones familiares. Esteinou (1999) señala que en épocas pasadas las causas más frecuentes para terminar un matrimonio era la muerte de uno de los cónyuges, sin embargo ahora debido a la modernización y a la industrialización la separación y el divorcio son las causas más frecuentes en nuestro país. Esto a su vez trae consigo una nueva reestructuración familiar en donde las familias monoparentales o extensas están teniendo un peso mayor que en épocas anteriores.

La frecuencia de divorcio y separación se ha multiplicado y ocurre cada vez más temprano después de iniciada la unión o el matrimonio. De hecho, el índice de rupturas conyugales se ha incrementado entre las personas que pertenecen a las generaciones más recientes, las que se casan a edad temprana y entre las uniones de más reciente formación (Pontón, 1997. p. 75)

Todos estos cambios en los arreglos familiares causan emociones y sentimientos encontrados en las personas involucradas. El aumento en las tasas de divorcio ha ido en un incremento considerable lo que favorece de alguna u otra forma la reestructuración de la vida familiar y la dinámica dentro de la misma.

El bienestar psicológico ha sido fuente de debate durante varios siglos, al principio se creía que el sentirse satisfecho estaba en relación directa con la imagen de las personas, la inteligencia y el aspecto económico. Sin embargo hoy en día se sabe que estas variables, aunque son importantes, no son las únicas que determinan el bienestar psicológico y la subjetividad individual juega un papel determinante.

El bienestar psicológico se construye a partir de tres aspectos, por un lado están los estados emocionales, por el otro el componente cognitivo y por último las relaciones vinculares.

Ryff en Casullo (2002) menciona que se supondría que el bienestar psicológico es estable a lo largo del tiempo sin embargo la valoración de los eventos vitales en positivos o negativos hace que experimente variaciones, lo que nos lleva a suponer que la satisfacción no es una disposición fija e inmutable.

Veenhoven en Casullo (2002) señala que las características del bienestar psicológico: Es temporalmente estable y que a pesar de que la subjetividad tiene un peso significativo existen variables ambientales que todo el tiempo están en interacción con las variables personales.

El bienestar psicológico está compuesto por seis dimensiones bien diferenciadas; apreciación positiva de sí mismo, la capacidad para manejar de forma efectiva el medio y la propia vida, la alta calidad de los vínculos personales, la creencia de que la vida tiene propósitos y significados, el sentimiento de que cada uno va creciendo y desarrollándose a lo largo de la vida, la aceptación de paso de los años y el sentido de autodeterminación. (Ryff en Casullo, 2002. p. 17)

Todas estas variables determinan de alguna forma u otra el bienestar psicológico de las personas.

Tanto el tema de bienestar psicológico como el de las estructuraciones familiares no son temas nuevos, diversos autores han hablado acerca de ellos y se han hecho varias investigaciones acerca de los mismos, sin embargo hasta el momento no se ha encontrado un estudio que relacione cómo la estructuración familiar determina el bienestar o malestar psicológico que puede presentar una persona en un momento determinado. Es ahí, una vez vistas las diferentes discusiones que existen en torno a estas temáticas, en donde se localiza la importancia de esta investigación ya que se espera que los resultados sirvan para abrir el panorama a futuras investigaciones.

Esta investigación analizó el bienestar en base precisamente a la configuración familiar para dar cuenta de la relación que existe entre estas categorías.

Desde el campo psicoterapéutico es fundamental entender la vinculación que pudieran existir entre estas variables, ya que no hay sujetos al margen social del que se

constituyen, partiendo de esta premisa, la familia como institución es la primera instancia que confiere significados a los sujetos y es la que forma de alguna manera u otra a las personas y la manera en cómo éstas se relacionan con su entorno y con ellas mismas.

Entendiendo la configuración familiar podremos entender gran parte de las problemáticas de las personas dándonos como psicoterapeutas mayores herramientas para tratar con los mismos y sabiendo a su vez cuáles son las herramientas con las que cuentan las personas y que esto pudiera servir para lograr un mayor bienestar psicológico.

Pregunta central de investigación:

- ¿Cómo se relaciona el bienestar psicológico percibido por los jóvenes con el tipo de configuración familiar en la que residen?

Preguntas subsidiarias:

- ¿Cuáles y cómo son las configuraciones familiares de las cuales forman parte los sujetos entrevistados?
- ¿Qué características de estas configuraciones familiares están relacionadas con la percepción de bienestar psicológico en los sujetos entrevistados?
- ¿Cuáles son las vivencias expresadas por los entrevistados que están relacionadas con el bienestar/malestar psicológico de los mismos?
- ¿Cuáles de estas vivencias están relacionadas con la configuración familiar y cuáles están relacionadas con otras posibles dimensiones?

Formulación de objetivo central y objetivos secundarios del estudio.

Objetivo central:

- Dar cuenta de cómo se relaciona el bienestar psicológico percibido por los jóvenes con el tipo de configuración familiar en la que residen.

Objetivos secundarios:

- Dar cuenta de algunas, de cuáles y cómo son las configuraciones familiares de las que forman parte los sujetos entrevistados
- Analizar cuáles características de estas configuraciones familiares están relacionadas con la experiencia de bienestar psicológico en los sujetos entrevistados.
- Reportar cuáles son las vivencias expresadas por los entrevistados que están relacionadas con el bienestar/malestar psicológico de los mismos
- Dar cuenta de cuáles de estas vivencias están relacionadas con la configuración familiar y cuáles están relacionadas con otras posibles dimensiones con independencia de la configuración familiar.

Metodología y Justificación

Para este estudio se utilizó una metodología con predominio en lo cualitativo. La metodología cualitativa busca descripciones detalladas y suele basarse en las observaciones, experiencias, actitudes, creencias, pensamientos etc. Y que busca conocer los hechos, procesos, estructuras y sujetos en su complejidad y no mediante la medición de algunos de sus elementos como tradicionalmente lo propone los métodos cuantitativos. Se escogió esta metodología debido a las características de la misma ya que lo que se pretendió con la investigación es dar respuesta de manera detallada a la pregunta de investigación.

Enríquez (2010) señala que los métodos biográficos son relevantes a la hora de analizar subjetividades, en las entrevistas individuales las conversaciones se dan cara a cara, pudiendo existir un guion para la entrevista (Ver anexo 1) sin embargo, esta se caracteriza por ser flexible. El investigador sirve como instrumento de investigación y no tanto el guion de entrevista, sin embargo este es de gran ayuda para la codificación y clasificación de los resultados. Las vivencias de las personas así como sus significados y expectativas de las mismas es un foco de intención muy importante a la hora de realizar este tipo de entrevistas.

Participantes y criterios de selección

Los sujetos a entrevistar fueron jóvenes, 4 hombres, de entre 19 y 25 años que estudian la universidad y que actualmente viven con su núcleo familiar de origen. Cada uno de los sujetos se diferenció en cuanto a su estructuración familiar, de tal modo que hubo diversidad. Se utilizó la clasificación que propone Esteinou (2008) que señala que entre los diferentes tipos de familia que se presentan en la actualidad destacan las familias nucleares convencionales, las familias nucleares de doble ingreso, las familias nucleares reconstituidas, las familias nucleares monoparentales con mujer a la cabeza y las familias extensas de distintos tipos.

Número y características de las entrevistas

Se realizaron 8 entrevistas con 4 casos diferentes (2 sesiones con cada caso). Estas entrevistas fueron realizadas de manera personal y privada, mediante el uso de un cuestionario flexible que sirvió de guía para el desarrollo de la entrevista; durante la misma, los sujetos investigados fueron invitados a responder una serie de preguntas generadoras en torno al tema, y narrar sus experiencias relacionadas con el tema. Las entrevistas fueron audio grabadas y transcritas en su totalidad para su posterior análisis incluyeron tanto las preguntas del formato preestablecido, como preguntas adicionales que a juicio del investigador resultaran relevantes, así como aportaciones libres por parte de los entrevistados.

Instrumentos para la recogida de datos

Entrevistas a profundidad con enfoque autobiográfico. Las entrevistas que se llevaron a cabo para la realización de esta investigación partieron de varios ejes fundamentales, que según lo visto en el estado de arte son indicadores del bienestar psicológico.

Cada sesión de entrevista contó con un apartado específico para que las personas hablen de su configuración familiar y de su dinámica en la misma y se partió de ahí para empezar a vincular las preguntas ulteriores que tienen que ver con el bienestar psicológico y de esta manera relacionar los dos temas: configuración familiar y bienestar psicológico.

También se utilizó una evaluación de bienestar psicológico (Ver anexo 2) que se realizó a cada uno de los sujetos, como método de ayuda, siendo la principal herramienta metodológica la entrevista a profundidad.

Rodríguez (1996) señala que el cuestionario puede ser una herramienta muy útil en la investigación cualitativa. Este es visto como una forma de encuestar pero sin la presencia del encuestador que sirve para recoger información sobre algún problema objeto de estudio minimizando de alguna manera los efectos que tiene el entrevistador. Existen una gran variedad de cuestionarios, para esta investigación se utilizará el cuestionario que busca una información de carácter cualitativo en donde las respuestas serán cerradas abarcando tres posibilidades: De acuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo y en desacuerdo. La ventaja de los cuestionarios que ofrecen posibilidad de respuesta, está en que se fuerza al sujeto a tomar una posición en uno u otro extremo de la dimensión. El cuestionario que se utilizó es el propuesto por Casullo (2002). (Ver anexo 2)

Procedimiento general de la investigación

Como un primer paso, después de escoger el tema, se realizó el estado del arte para conocer los debates centrales que giran en torno a él, posteriormente se decidió cuál sería la pregunta de investigación primaria y objetivo, así como las preguntas subsidiarios con sus respectivos objetivos. De la pregunta de investigación y el objetivo se escogió la metodología a utilizar.

Como un segundo paso se realizó todo el trabajo de campo que consistió en las entrevistas y en la transcripción de las mismas.

Como un tercer paso se analizaron todas las entrevista para dar pie al cuarto paso, que consistió en la construcción de los resultados por capítulos (dos) y como último paso se formularon las conclusiones.

Análisis de datos.

Como ya se mencionó, una vez obtenida la información de las entrevistas se procedió al análisis de las mismas. Rodríguez (1996) señala que el análisis de datos consiste en transformar los datos, con el fin de extraer significados relevantes sobre lo que estamos investigando, examinando los datos y descubrir las relaciones entre los mismos.

El análisis de los datos se dio como parte de la recogida de información ya que en la entrevista se plantearon categorías (todas estas tenían que ver de manera directa con lo que engloba el bienestar psicológico revisado en el estado del arte) que posteriormente sirvieron para categorización y codificar los resultados separando unidades mediante criterios temáticos.

Los temas a abordar con sus respectivas categorizaciones fueron:

1. Apartado personal: AP esta categoría corresponde a datos de identificación y de historia académica (satisfacción escolar) y la relación que tiene esta con su historia familiar.
2. La vida familiar: VF este apartado giro en torno a la configuración familiar de las personas y cómo está es percibida por los sujetos, así como todos los aspectos que les gustan y los que no de su historia familiar.
3. Apartado relacional: AR esta categoría corresponde a las relaciones sociales de los sujetos así como el grado de satisfacción de las mismas y la influencia que tienen estas con su historia familiar.
4. Apartado emocional: AE esta categoría giró en torno a la vida afectiva de los sujetos y la influencia que tiene ésta con su historia familiar.
5. Metas a corto y largo plazo: M esta categoría corresponde a lo relacionado con las metas a corto y mediano plazo de los sujetos y la influencia que tienen las mismas en su historia familiar.

| AP | SUJETO 1 | SUJETO 2 | SUJETO 3 | SUJETO 4 |
|----|----------|----------|----------|----------|
| VF | | | | |
| AR | | | | |
| AE | | | | |
| M | | | | |

En cuanto a la evaluación de bienestar psicológico los resultados se evaluaron de acuerdo a criterios estadísticos previamente establecidos.

Valoración de las respuestas **BIEPS-A** Casullo (2002)

En desacuerdo: **1 punto**

Ni de acuerdo ni en desacuerdo: **2 puntos**

De acuerdo: **3 puntos**

Dimensiones

| Dimensiones BIEPS | Ítems |
|--------------------------|--------------|
| Aceptación/Control | 2, 11 y 13 |
| Autonomía | 4, 9 y 12 |
| Vínculos | 5, 7 y 8 |
| Proyectos | 1, 3, 6 y 10 |

| Puntaje directo | Percentil |
|------------------------|------------------|
| 28 | 5 |
| 33 | 25 |
| 35 | 50 |
| 37 | 75 |
| 39 | 95 |

Encuadre ético del estudio.

Se les pidió a todos los participantes de la investigación que firmaran una carta con su consentimiento para que todas las sesiones de entrevistas fueran audio grabadas, explicándoles que las grabaciones sólo serán escuchadas por el investigador y dándoles una explicación de la finalidad de la investigación.

La ley general de salud para investigación en México entre sus lineamientos éticos para estudios con seres humanos en el campo de la psicología destaca que según el artículo 20 se entiende por consentimiento informado el acuerdo por escrito, mediante el cual el sujeto de investigación o, en su caso, su representante legal autoriza su participación en la investigación, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos y riesgos a los que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna.

A lo largo de toda la investigación se procuró, según el artículo 13 respetar la dignidad y la protección de los sujetos de investigación así como su bienestar, protegiendo, según el artículo 16, su privacidad.

Una vez que finalizó el proyecto se les entregó una copia del trabajo a cada una de las personas que ayudó para que la investigación se llevara a cabo.

Resultados

La siguiente tabla muestra de manera general las características de cada uno de los sujetos para que la lectura de los resultados sea más clara. Como ya se mencionó cada sujeto corresponde a una configuración familiar diferente y esta tabla muestra a que configuración pertenecen.

| | |
|----------|---|
| Sujeto 1 | <ul style="list-style-type: none">- Familia nuclear de doble ingreso.- Edad 22 años.- Vive con su papá, mamá y hermanos.- Estudia diseño gráfico. |
| Sujeto 2 | <ul style="list-style-type: none">- Familias nucleares monoparental con mujer a la cabeza.- Edad 22 años- Vive con su mamá y hermanos- Estudia diseño gráfico. |
| Sujeto 3 | <ul style="list-style-type: none">- Familia nuclear convencional.- Edad 22 años.- Vive con sus papás.- Estudia diseño gráfico. |
| Sujeto 4 | <ul style="list-style-type: none">- Familia extensa.- Edad 22 años.- Vive con sus papas, hermanas y sobrina.- Estudia psicología. |

Apartado personal, relacional y metas a corto y largo plazo

En las entrevistas se pudo observar que la familia influye muchas veces en aspectos importantes de la persona, como es el caso de escoger una carrera, esta influencia se puede dar de varias maneras, por un lado están los sujetos que escogen una carrera ya que sus familiares directos estudiaron lo mismo o los sujetos que la escogen para no estudiar lo mismo que sus familiares estudiaron.

¿Consideras que tu elección de carrera tiene alguna influencia de tu historia familiar?

“Pues yo desde chico, este, pues siempre me vi con una carrera administrativa y ya cuando estaba en la prepa me puse a investigar y ya yo decía administración o conta, y mi hermano el más grande es contador y yo decía pero yo no quiero ser como mi hermano y así, y ya me puse a investigar y los mismos administradores me decía que

tenía como más campo laboral que me convenía estudiar más contaduría que sólo administración” (sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista).

“De alguna forma si influyó mi historia familiar porque por ejemplo del lado de mi papá si traigo como el gen medio artístico” (sujeto 2, 30 de Octubre del 2011, primera entrevista).

“Solo en el aspecto de que siempre me apoyaron en lo que yo quisiera hacer, tal vez eso, si hubieran sido más como en que debería de hacer esto porque en eso pagan más tal vez me hubieran influenciado más bien me dieron mucha libertad y en ese aspecto sí” (sujeto 3, 4 de enero del 2012, primera entrevista).

“Sí, en un principio si ya que pensé que estudiando psicología iba a poder ayudar a los problemas familiares” (sujeto 4, 18 de enero del 2012, primera entrevista).

Todos los sujetos coincidieron en que la satisfacción escolar (correspondiente al apartado personal) era importante y repercutía en su bienestar.

Díaz (2011) ha visto que dependiendo de la edad las satisfacciones, una de las variables para el bienestar psicológico, cambian por ejemplo para estudiantes universitarios los éxitos académicos y la intimidad son poderosos satisfactores, en cambio en las personas jubiladas la satisfacción está relacionada con su participación social y en personas que se encuentran en edad laboral el trabajo es la principal fuente de satisfacción. En base a las entrevistas realizadas se vio que en efecto esto es así y los reportes de satisfacción en relación a sus relaciones sociales son importantes para entender el bienestar de las personas.

La intimidad que cada uno de los sujetos forman con su grupo de amigos o su pareja es otro aspecto importante para entender el nivel de bienestar que presentan, no es necesario que se tengan a muchas personas consideradas como amigos para reportar niveles más altos de bienestar, pero sí que esas personas que se tiene sean personas en la cuales confiar, aquí lo importante es la calidad de las relaciones y no tanto la cantidad e incluso la frecuencia.

¿Cómo es tu relación con tus amigos?

Por ejemplo con los de la prepa yo siento que si los he visto como tres veces con lo que va del año son muchas pero no sé cómo que cuando nos vemos nos vemos con gusto como que si ha perdurado eso y con otros amigos no sé, yo como que tengo cierto grupo de personas que cuando estoy con ellos me siento bien y sí hay buena comunicación y no sé cómo que me siento bien al estar con ellos” (sujeto 1, 10 de Noviembre del 2011, segunda entrevista).

Considero que tengo buen apoyo y comunicación con mis amigos. Tengo diferentes grupos pero el más frecuente es el que tengo en la escuela, hay varios grupos y les

hablo a todos, últimamente si tengo un grupo definido y me siento bien cuando estoy con ellos” (sujeto 2, 30 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Mi relación con mis amigos es buena, es muy cambiante soy muy raro porque soy de tener amigos un tiempo y cuando cambio de etapa cambio de amigos no es porque lo haga a propósito pero como que los dejo de ver por ejemplo ahorita no tengo amigos de la secundaria o no tengo casi amigos de la prepa o así de la prepa tengo uno o dos siendo que cando estaba en la prepa eran muchos o de la secundaria pero si soy muy como de adaptarme al entorno en el que estoy en el momento pero mientras estoy con esos amigos es muy buena mi relación, trato de que sea muy estrecha y sobre todo ahorita en la universidad que tenemos el mismo perfil pues es más fácil” (sujeto 3, 4 de enero del 2012, primera entrevista)

“Con mis amigos mi relación es muy padres porque convivimos mucho, paseamos mucho, congeniamos en muchas cosas, hay una hermandad”(Sujeto 4, 18 de enero del 2012, primera entrevista)

Los resultados de la escala de bienestar psicológico (Ver anexo 3) que se le aplicó a cada uno de los sujetos arrojaron datos interesantes:

- **Primer sujeto**
 - **Puntaje directo:** 34
 - **Percentil:** 25 (Por debajo de la media)
 - **Área en donde puntuó bajo:** Autonomía (Puntuaciones bajas indican que es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le preocupa lo que piensen los otros).

- **Segundo sujeto**
 - **Puntaje directo:** 23
 - **Percentil:** 5 (Muy por debajo de la media).
 - **Área en donde puntuó bajo:** Autonomía (Puntuaciones bajas indican que es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le preocupa lo que piensen los otros).

- **Tercer sujeto**
 - **Puntaje directo:** 32
 - **Percentil:** 25 (por debajo de la media).
 - **Área en donde puntuó bajo:** Autonomía (Puntuaciones bajas indican que es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le preocupa lo que piensen los otros) Y proyectos (Puntajes bajos indican que tiene pocas metas y proyectos, le cuesta trabajo establecer que la vida tenga algún propósito).

- **Cuarto sujeto**
 - **Puntaje directo:** 37
 - **Percentil:** 75 (por arriba de la media).
 - **Área en donde puntuó bajo:** Autonomía (Puntuaciones bajas indican que es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le preocupa lo que piensen los otros).

Todos los sujetos puntuaron bajo en el rango de autonomía lo cual quiere decir, según la escala, que dependen de los demás para tomar decisiones, les preocupa lo que piensen los otros, dejando de manifiesto la importancia que puede llegar a tener para ellos en este momento la relación que tienen con sus amigos y la opinión de los mismos, en especial a la hora de tomar decisiones. El único de los sujetos que puntuó bajo en otra dimensión que fue la de proyectos fue el sujeto 3 (familia nuclear tradicional).

Todos los sujetos manifestaron que a pesar de que las relaciones sociales son muy importantes se les dificulta mucho confiar en los demás.

¿Qué características tiene que tener una persona para que sea considerada tu amigo/amiga?

“Que sea gente confiable y ya eso desencadena muchas cosas, para que sean mis amigos tengo que tenerles confianza y yo a veces como que no confié mucho y así, o sea si me la llevo bien o sea como que hay cosas que a mis amigos si les cuento porque como que son confiables en ese sentido y otras que no le cuento a nadie” (Sujeto 1, 10 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Sincero este honesto, abierto, cariñoso también me gusta la gente cariñosa, la gente generosa que no le pese gastar, que tenga confianza, que inspire confianza y eso no es tan fácil de encontrar” (Sujeto 2, 17 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Pues no sé, tiene que darme la sensación como de confianza simplemente con que yo sienta que yo pueda confiar en esa persona y esa persona por ejemplo ha habido muchas amistades que a partir de que llegan y oye sabes que ¿puedo contarte esto? Y me cuentan algo que yo sé que no le cuentan a todo el mundo y te empiezas a darte cuenta de que esa persona es tu amigo y me pasa mucho eso pues soy muy de... y también soy de que si me hacen algo como para defraudar esa confianza, es muy difícil, que yo en ese aspecto soy medio rencoroso no sé, si es como que si defraudan mi confianza ya no”.(Sujeto 3, 2 de Febrero del 2012, segunda entrevista)

“Soy muy reservado, no me cuesta nada de trabajo controlarlo mis emociones, al contrario las controlo muy bien, no es fácil que yo diga cómo me siento” (Sujeto 4, 18 de Enero del 2012, primera entrevista)

Seidler (2006) menciona que muchas veces los hombres sienten que deben sobrevivir por si mismos a pesar de que estén pasando por un momento difícil en su vida, les cuesta hablar con otras personas y buscar apoyo. Muchas veces sienten vergüenza y aprenden a pretender que todo está bien lo cual hace que manejen su malestar interno de forma propia.

El llenar roles masculinos ha llevado a los hombres a una subjetividad que los aleja de la intimidad con ellos mismos y con sus cuerpos al igual que distanciarse de ciertos deseos pasivos tales como el miedo, la tristeza y el dolor.

En el aspecto relacionado con la familia (correspondiente al apartado de vida familiar), la manera en que los sujetos perciben sus relaciones en casa impacta en su bienestar.

¿Has tenido algún problema con tu familia por algo relacionado a tu modo de ser?

“Sí he tenido problemas con mi familia pues por las borracheras y eso, a mi familia no les parecen mis amigos pero no me lo prohíben, es más conmigo por no saber poner límites. Y esto me lleva a discusiones constantes con ellos, algo incómodo para mí y ahora que lo pienso yo creo que para ellos también” (Sujeto 4, 9 de Febrero del 2012, segunda entrevista)

Casullo (2002) menciona que la satisfacción se construye a través de 3 variables fundamentales: Los estados emocionales tanto positivos como negativos, el componente cognitivo y las relaciones vinculares.

El autor menciona que los individuos más felices y satisfechos sufren menos malestares, tiene mayores apreciaciones personales, mejor dominio del entorno y poseen mayores habilidades sociales para relacionarse con las personas.

¿Te cuesta trabajar relacionarte con los demás?

“Hay personas que dicen que soy difícil de tratar, yo siento que no, yo siento que a lo mejor ha sido cuestiones de que no concordamos en algunas ideas pero yo siento que no soy difícil de tratar, de hecho mi mejor amigo me lo dice que no que ni al caso pero hay gente que dice eso. Sin embargo eso es algo que a veces me preocupa” (Sujeto 2, 30 de Octubre del 2011, primera entrevista)

Las metas personales y los proyectos son otras variables que se utilizan a la hora de analizar el bienestar psicológico. Las metas a corto plazo resultaron ser algo fundamental en el bienestar que las personas presentan, por las características de la población escogida (jóvenes de nivel universitario) este tema es algo que los tiene preocupados y ocupados ya que todos están por terminar sus estudios, pese a esto parecería que tienen claridad en lo que quieren profesional y personalmente y eso les proporciona mayor tranquilidad y en alguna medida mayor bienestar.

¿Cuáles son tus metas a corto plazo?

“Mis metas son pues, este, tener un buen trabajo, un buen puesto y estudiar una maestría. Que me guste lo que haga (satisfacción personal) y una buena remuneración económica” (Sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Me veo trabajando para una revista, me gusta mucho la moda de hecho soy muy fan del modelaje y así, este me gustaría también probar suerte en el modelaje, no sé, quien no va a querer verse como una persona exitosa entonces si me veo como una persona exitosa, la verdad no me siento como de esas personas que quieren tenerlo todo y tener cosas ostentosas y así sino como vivir tranquilo y a gusto, como que me guste lo que estoy viviendo, estar tranquilo, tener una vida satisfactoria para mí no es como tener muchas cosas sino simplemente estar tranquilo yo creo que es lo mejor”(Sujeto 2, 17 de Noviembre del 2011, primera entrevista)

“La verdad no estoy muy seguro porque lo que quiero ahorita cuando termine es empezar mi maestría y quiero así como de aquí a 5 años tener mi maestría el problema es que ahorita todavía no he investigado exactamente, porque quiero algo que tenga que ver con cine pero no sé exactamente qué, no he visto el programa y eso” (Sujeto 3, 4 de Enero del 2012, primera entrevista)

“Tener un consultorio particular, una clínica podría ser algo como un núcleo medico, laborales esas” (Sujeto 4, 18 de Enero del 2012, primera entrevista)

Hablando de otra meta todos coincidieron en que les gustaría tener una pareja, parece que el tener una pareja se percibe como algo que brinda bienestar, sin embargo la mayoría de los sujetos entrevistados no se ven casado ni con hijos, pareciera que en efecto la vida en pareja y la satisfacción que esta puede traer consigo ahora ya no está necesariamente vinculada al matrimonio. “La familia nuclear como institución va perdiendo importancia y se ve desplazada por la importancia atribuida al logro de la felicidad individual” (Esteinou, 2008: 201)

Cada vez más las nuevas generaciones de la clase media evalúan su matrimonio o vida en pareja sobre bases individuales. Esta individualidad es a su vez reflejada a nivel social y tanto hombres como mujeres la incorporan a sí mismos, dejando inevitablemente la vida familiar de lado o simplemente ya no le dan el peso y la importancia que tenía antes.

Todas estas metas y proyectos están estrechamente relacionados con la historia familiar y la influencia que esta trae consigo en la toma de decisiones.

¿Consideras que tu historia familiar influye en tus metas?

“Sí influye porque yo desde chico mis dos papás...bueno mi mamá creo que estudió una carrera técnica creo que en contabilidad privada, yo supe eso muchísimo después y también mi papa estudio contabilidad pero a él no le gusto y ya después estudio medicina. Yo me acuerdo que desde chico yo siempre vi que yo iba a tener una carrera,

mi papá era profesionista mi mamá tenía una cierta profesión entonces conforme yo iba creciendo veía que mis hermanos se iban graduando, para mí era como muy natural” (Sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Pues una de mis metas es estar tranquilo yo creo que eso tiene que ver por mi historia familiar. Ya estoy algo cansado pues como de siempre estar preocupado en mi casa, como que estoy... sí, estoy cansado y mi añoranza de estar tranquilo es porque es algo que siempre me ha faltado, yo creo que sí tiene influencia en ese objetivo” (Sujeto 2, 17 de Noviembre del 2012, segunda entrevista)

“Pues a lo mejor en el aspecto de que sí, como veo que mis hermanos están todo el tiempo en mi casa eso lo veo como algo que yo no quisiera, yo quisiera salirme de mi casa y conocer te digo, irme a Guanajuato o a algún otro lado. Algunas metas si tienen influencia pero en cuanto a que no quésiera terminar hasta ese punto” (Sujeto 3, 2 de Febrero del 2012, segunda entrevista)

“Sí influye, por lo que he visto hacer lo contrario y hacer las cosas bien, lo correcto, tener la casa en buen tiempo cuando este casado, si algún día me caso, terminar la licenciatura, titularme, cosas que no han hecho mis hermanas. Es como que lo que ellos no han hecho yo sí lo quiero hacer” (sujeto 4, 18 de enero del 2012, primera entrevista)

Estas influencias se dan de dos maneras, por un lado los que quieren seguir los pasos de sus familiares y por otro lado los que quieren hacer lo contrario a los que sus familiares hicieron en algún punto; Ya que consideran que eso no lo mejor para ellos. La historia familiar sigue siendo importante en las metas y proyectos que se proponen, no sólo a largo plazo sino en metas más cortas o que ya se llevaron a cabo, como el estudiar una carrera.

El bienestar es una experiencia que se vincula al presente pero que tiene una proyección futura ya que surge del balance entre las expectativas y los logros en las áreas de interés para las personas como el trabajo, la familia, la salud, las condiciones materiales, las relaciones interpersonales, las relaciones sexuales y la actividad con la pareja.

Las metas y proyectos de los sujetos están en relación a lograr la independencia de su entorno familiar, todos se visualizan fuera de su casa, trabajando, compartiendo la vida con una pareja, con relaciones personales estrechas, que como ya se mencionó aquí, no importa tanto la cantidad sino la calidad de estas relaciones. Se vio que las relaciones personales son un fuerte componente de bienestar en estos momentos y las personas más significativas para los sujetos van más allá de sus relaciones familiares, de hecho las personas en las que más confían o a las que acuden siempre que hay un problema son los amigos y no tanto la familia.

¿A quién acudes cuando tienes un problema?

“Cuando tengo un problema acudo a mis amigos siento que...igual y les tengo más confianza de contarles las cosas y siento que me han apoyado” (Sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Pero en sí con quien más confianza tengo es a mi novio y a mi mejor amigo” (Sujeto 2, 30 de Octubre del 2012, primera entrevista)

“A mis amigos, definitivo, quieras o no siento que les cuento muchas más cosas a ellos, estamos en el mismo entorno, estamos pasando por las misma cosas, hay más afinidad y por lo tanto me pueden aconsejar de una mejor manera” (Sujeto 3, 4 de enero del 2012, primera entrevista)

“Acudo a mis amigos porque les tengo más confianza” (Sujeto 4, 18 de enero del 2012, primera entrevista)

Pese a que dicen que se sienten relativamente bien en sus casas aunque no están satisfechos al cien por ciento también manifiestan que consideran que las cosas en casa estarían mejor si ellos ya no vivieran ahí, si se alejaran del entorno familiar y se hicieran independientes.

¿Cómo te visualizas con tu familia en un futuro?

“Pues yo siento que en un futuro las cosas van a ser mejor que ahorita, yo siento que cada quien como que va a buscar su camino, por ejemplo ni hermano ya se fue de la casa yo siento que después yo me voy a ir y mi otro hermano también y yo siento que eso nos va a hacer valorar lo que teníamos en casa y darnos cuenta de lo que teníamos y que eso nos una, bueno no sé yo tengo esa idea” (sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Yo creo que lo que va a venir pasando es que yo voy a salirme de la casa y voy a hacer mi vida a parte digo que es algo pues normal y que sucede en todas las casas. Entonces yo creo que si eso sucediera y todos estuviéramos separados un tiempo ponle que a lo mejor al principio no sentiríamos ganas de volver pero después de un tiempo sí, las cosas serían mejor”(Sujeto 2, 30 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“De hecho quiero salirme de mi casa pronto [risa] pero porque quiero ver qué es lo que es vivir solo, quiero ir a hacer mi maestría a otra parte de aquí del país y por eso es porque tengo ganas y a lo mejor para valorar lo que tengo que sé que tengo algo bueno que a lo mejor no me doy cuenta que ya estando lejos y cuando regrese valorarlo más como verlo más grande todo” (Sujeto 3, 4 de Enero del 2012, primera entrevista)

“Me imagino a mis papas ya jubilados, este, viajando yo con mi trabajo, trabajando, bien. Seguir en contacto con ellos pero ya no vivir ahí” (Sujeto 4, 18 de Enero del 2012, primera entrevista)

Las relaciones personales y las metas según los resultados arrojados por este estudio, resultaron ser fundamentales en el bienestar de los sujetos de tal manera que si ellos perciben que hay buena comunicaciones y confianza con su grupo de amigos sus niveles de bienestar aumentan, así como entre más metas a corto, mediano y largo plazo se tengan y cómo estas metas, a nivel imaginario, son o no viables de poder llevarse a cabo.

Lo mismo con la familia entre mayor confianza y comunicación existe mayor es el bienestar percibido. Todo esto independientemente de la configuración familiar a la que pertenecen, no se encontraron diferencias significativas entre los sujetos en cuanto a relaciones personales y metas se refiere.

La vida familiar y emocional

Existe una diversidad significativa en cuanto a configuraciones familiares se refiere. La diversidad de configuraciones familiares tiene que ver con múltiples factores como económicos, sociales, problemas familiares que llevaron a divorcios, etc.

Considero en base a los resultados arrojados en este estudio que la vida familiar y emocional está fuertemente ligada, de tal manera que entre mayores emociones positivas sean percibidas en casa la vida emocional general de los sujetos tiende a ser más positiva. Las configuraciones que se encontraron en la investigación fueron:

“Son mis papas y somos 4 hermanos, yo soy el más chico” (Sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Por mi mamá, una hermana, un hermano y yo” (Sujeto 2, 30 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Pues vivo con mis papas ahorita nada más vivimos nosotros tres en mi casa” (Sujeto 3, 4 de Enero del 2012, primera entrevista)

“Por mis papas, mi hermana y su hija y yo” (sujeto 4, 18 de Enero del 2012, primera entrevista)

Díaz (2011) menciona que muchos investigadores creen que existe una posible relación entre el funcionamiento familiar y el bienestar ya que se ha visto niveles inferiores de satisfacción en personas que provienen de hogares problemáticos en comparación con personas que se educaron sin este tipo de dificultades.

¿Cómo es tu relación con cada uno de los miembros de tu familia?

“Con mi papá y mis hermanos mi relación es buena con mi mamá más o menos, no sé yo con mi mama si he notado que muchas veces no me puedo comunicar, esto me traía problemas antes porque había muchas discusiones ahora sólo trato de no hacerle mucho caso” (Sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Con mi hermano me la llevo mal, él tiene esquizofrenia, entonces pues algo difícil convivir con él, y suele pasar que hay riñas, aunque últimamente no porque yo cada vez caigo más en cuenta que no debo hacerle mucho caso, sí hay discusiones pero no igual que antes, antes sí eran más fuertes, más bien yo ya le hago más al cuerdo porque si le sigo el juego es peor, me tranquilizo y lo ignoro cuando intenta agredirme y ya”(Sujeto 2, 30 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Con mi mamá pues muy abierta, siempre es hablar todo tal cual como va y si hay alguna duda de cualquiera de los dos siempre preguntarnos y decírnos, este, cotorrear muchísimo y reírnos de todo y con mi papa ni bien ni mal y no es culpa mía sino que mi papa es así con todo mundo es bastante cerrado. Antes esta situación me ponía triste

pero ahora ya no, ya me acostumbre y me hice a la idea” (sujeto 3, 4 de Enero del 2012, primera entrevista)

“Me la llevo bien con todos, solo que antes eran complicadas las situaciones en mi casa porque mis papás tienen muchas diferencias en su formas de...desde la religión, este, la sobreprotección unos con una hija otro con otro y eso ocasiono varios problemas pero ahora las cosas, yo siento, que están mucho más tranquilas o al menos yo no les doy tanto importancia” (Sujeto 4, 18 de Enero del 2012, segunda entrevista)

Pareciera que a pesar de que existen problemas en las interacciones familiares de los sujetos con algún miembro de ésta, estos perciben un similar nivel de armonía en su casa actualmente, mismo que es diferente que en años pasados o cuando eran más jóvenes, los problemas eran vistos como más grandes y ahora pueden separarse un poco de estos y ya no darles la importancia que antes se les daba. La confianza y la comunicación que ellos perciben que tienen con cada uno de los miembros de su familia es otro componente que está fuertemente ligado con el bienestar que reportan, entre más confianza y comunicación existe, la percepción que se tiene de bienestar es mayor en todas las familias independientemente de su estructuración.

Muchos investigadores creen que existe una posible relación entre el funcionamiento familiar y el bienestar subjetivo ya que se ha visto niveles inferiores de satisfacción en personas que provienen de hogares problemáticos en comparación con personas que se educaron sin este tipo de dificultades. Uno de los acontecimientos que los sujetos mencionaron como problemáticos en su entorno familiar es la falta de comunicación que se pueda tener con algunos de los miembros de la familia, en donde todos reportaron en mayor o menos medida que han pasado por esto a lo largo de su trayectoria familiar.

También se ha visto, según Díaz (2001), que dependiendo de la edad las satisfacciones cambian y a esto se puede deber que en años pasados los problemas familiares eran vistos como más grandes o más significativos a como los vean ahora, en donde su núcleo social es uno de los satisfactores más importantes.

Debido a varias crisis económicas que se han presentado a lo largo de los años el papel tanto de hombres como mujeres en cuanto al ingreso en el mercado laboral ha cambiado, poniendo énfasis en la entrada de las mujeres a este mercado.

No hay una pregunta concreta para estos resultados.

“Yo siempre recuerdo que mi mamá ha trabajado y que los gastos en la casa son compartidos, a mí me gustaría tener algo así con mi pareja, en donde los dos trabajemos y los dos contribuyamos a los gastos familiares”(Sujeto 1, 10 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Me mamá tiene algún tiempo que trabaja y el hecho de que ella sea independiente es algo que creo a favorecido su estado de ánimo, en especial después de que se divorció de mi papá” (Sujeto 2, 17 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Mi mamá siempre ha trabajado, se acaba de jubilar hace poco, al igual que mi papá. Me gustaría que mi pareja trabajara y fuera independiente, será algo importante que yo considerara a la hora de escoger pareja” (Sujeto 4, 9 de Febrero del 2012, segunda entrevista)

La historia familiar tiene que ver con la manera en que los sujetos perciben su elección incluso de pareja y las características que ésta tiene que tener, parece que los gastos compartidos es algo importante cuando visualizan a una posible pareja y eso de alguna manera u otra está relacionado con lo visto en casa.

Mauro, Araujo & Godoy (2001). Indican que el que la mujer trabaje y potencialmente sea la proveedora principal de la familia es visto por los hombres con temor y disgusto, esto es porque amanzana su hombría ya que se cuestionan su responsabilidad y función de proveedor, sin embargo las generaciones jóvenes entienden y les es más fácil aceptar este ingreso al mercado laboral a comparación de las generaciones mayores.

Esteinou (1999) señala que en épocas pasadas las causas más frecuentes para terminar un matrimonio era la muerte de uno de los cónyuges, sin embargo ahora debido a la modernización y a la industrialización, la separación y el divorcio son las causas más frecuentes en nuestro país. Esto a su vez trae consigo una nueva reestructuración familiar en donde las familias monoparentales o extensas están teniendo un peso mayor que en épocas anteriores.

El divorcio supone una serie de cambios y desafíos debido a las alteraciones que se provocan en los roles y en el funcionamiento familiar. Algo fundamental en una situación de divorcio es la relación y la interacción familiar de los padres antes y después de que esté se presenta.

“El divorcio era algo que yo veía venir porque tenía como 12 años o menos cuando dejaron de dormir juntos por ejemplo entonces yo hace poco me enteré que todo fue causa de una infidelidad de parte de mi papá pero cuando yo estaba en el vientre de mi madre, hace como 21 años, hace mucho y mi mamá nunca pudo superar bien eso y ya cuando yo tenía como 9 años ya empezó a distanciarse de él y dejaron de dormir juntos, tenían muchos problemas y peleaban todo el tiempo. Siempre se llevaron mal y ahora no se hablan. Ahora veo que fue para mejor que se divorciaran pero antes me costaba trabajo.

Yo creo que mentalmente al principio yo decía que me daba igual pero ya después lo vi de una forma positiva porque realmente no siento que mis papas sean muy compatibles pero en cuanto a cuestiones de dificultad de transporte y así por ejemplo cuando yo estaba en la prepa yo tenía que irme de la escuela a la casa de mi papá y luego de la casa de mi papá a casa de mi mamá y todas esas cuestiones de transporte me tenían medio mareado pues como que aparte no son muy abiertos a convivir el uno con el otro mi mamá sí pero mi papá se cierra mucho”(sujeto 2, 17 de Noviembre del 2011, primera entrevista)

Pareciera que pese a que el divorcio pudiera ser difícil este se percibe de manera negativa cuando una vez que pasa se ve que la situación se torna menos conflictiva.

Los conflictos entre los padres afectan más negativamente a los hijos de divorciados que a los de hogares intactos, probablemente debido a los sucesos vitales estresantes que también deben afrontar. Por el contrario, cuando significa un cambio a una situación más armoniosa, menos estresante, los niños y adolescentes de hogares monoparentales tiene un nivel de adaptación similar al que presentan los que viven con sus dos progenitores” (Cantón, Cortés y Díaz, 2000, Pp. 193-194).

La manera en que fueron criados los sujetos influye desde su punto de vista en cómo son actualmente ya sea para bien o para mal.

¿Consideras que tu historia familiar tiene influencia en tu manera de ser?

“Yo siento que mis papás me enseñaron a ser como buena persona así como valores y si como cosas buenas que tengo yo creo que me las inculcaron desde que yo era chico. También a veces soy muy terco, yo veo que mi papá y toda mi familia son tercos y es algo que yo tengo identificado, yo sé que es algo mío pero creo que también tiene mucho que ver con mi historia familiar”.(Sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Pues creo que sí, por ejemplo en mi casa no se hablan los problemas abiertamente y a mí en general me cuesta trabajo hablar de ellos hasta que ya no puedo más y exploto, además nunca he estado tranquilo en mi casa, sin embargo creo que gracias a eso me hice más independiente y autosuficiente” (Sujeto 2, 17 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Pues yo creo que sí, bueno sí y no porque hay muchas cosas que influyen, me doy cuenta que aunque no quiera hay cosas que traigo de mis papás es como por decir así es mi mamá y así voy a ser yo, por los genes o no sé, por lo general son cosas positivas pero también afecta en el hecho de que hay cosas como mi papa que veo que él es muy cerrado y que yo trato de verlo como ejemplo de lo que yo no quiero hacer por ejemplo si tengo un hijo yo desde chiquito lo voy a llevar a jugar futbol, lo voy a enseñar cuando crezca a rasurarse o no se este tipo de cosas”. (Sujeto 3, 2 de Febrero del 2011, segunda entrevista).

“Me considero alguien muy independiente, creo que en ese sentido si han influido pero sólo ése” (Sujeto 4, 18 de Enero del 2012, primera entrevista).

El estudio reveló que no necesariamente las familias nucleares aplican una práctica de crianza más adecuada, ya que los sujetos pueden percibir cosas positivas en su forma de ser que están relacionadas de manera directa con su configuración familiar, pese a que

no es tradicional e incluso pese a que tuvieron problemas con la misma, ya que de ahí aprendieron, la gran mayoría coinciden, a ser independientes, algo visto por ellos como positivo, difiriendo de lo que proponen Cantón, Cortés y Díaz. “Las familias nucleares y las más estables a través del tiempo aplican unas prácticas de crianza más adecuadas que los hogares expuestos a transiciones familiares” (Cantón, Cortés y Díaz, 2000, p. 162).

No hay una pregunta concreta para esto

“Aunque mis amigos y yo no nos parezcamos en nuestras configuraciones familiares todos reflejan que son gente de bien, de familia, aunque solo hayan crecido con su mamá” (Sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“Yo creo que soy mucho más flexible y tolerante por todo lo que me ha tocado vivir que a lo mejor otras personas que no han pasado por lo mismo” (Sujeto 2, 17 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Considero que muchos amigos míos tienen muchas herramientas para salir adelante independientemente de su configuración” (Sujeto 3, 2 de Febrero del 2012, segunda entrevista).

En todas las familias, ya sean tradicionales o reconstruidas, las prácticas de crianza sí influyen de manera directa en la adaptación de los hijos. Lo que se aprende en casa de algún modo u otro se extrapola de esa esfera y pasa a las demás esferas de la vida como la educativa, la social, la laboral, etc. Los individuos tienen la capacidad de ver no solo lo malo o lo bueno, sino lo funcional y lo que no es funcional de sus familias y aplicar lo que sí les gusta y dejar de lado lo que no, al menos así lo plantearon en las entrevistas realizadas.

“En mi casa no profundizan en ningún tema y todas las conversaciones son superficiales y de algún modo yo hago esto en mis relaciones sociales pero en definitiva me gustaría cambiarlo, es algo que no me gusta de mí”(Sujeto 2, 17 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

Un sujeto presenta alto bienestar si tiene satisfacción con su vida y las emociones positivas son predominantes, al contrario un sujeto presenta bajo bienestar si expresa insatisfacción con su vida y frecuentes emociones negativas.

¿Te cuesta trabajo expresar tus emociones?

“En general a mí me cuesta trabajo expresar mis emociones en mí casa y fuera de ella, en especial la tristeza, no sé cómo que no me gusta. Sin embargo considero que la mayor parte del tiempo me siento bien, tranquilo”(Sujeto 1, 10 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Fíjate que las cosas positivas no me cuesta nada de trabajo expresarlas reírme, ser cariñoso y así no me cuesta nada de trabajo pero por ejemplo cuando estoy enojado sí me cuesta trabajo, no soy expresivo. Cuando estoy triste tampoco, de hecho soy una persona a la que le cuesta trabajo llorar o explotar pero cuando exploto pues sí exploto. La mayor parte del tiempo me siento melancólico, pero no al punto de llegar a la depresión ni nada de eso porque casi siempre me siento bien” (Sujeto 2, 17 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Me cuesta trabajo expresar mis emociones porque soy muy de evadir las cosas, las positivas no tanto aunque por lo general aun así me guardo muchos detalles como cuando me dicen hoy andas muy de buenas digo pues sí pero no les digo porque ni nada, por lo general casi todo es en base a lo laboral o a la escuela y así es a lo que giran las conversaciones no ha como me siento. Con mis amigos no, eso me pasa sólo en mí casa. Por lo regular me siento a gusto, yo creo que esa sería la palabra que más me define” (Sujeto 3, 4 de Enero del 2012, segunda entrevista)

“Sí, me cuesta trabajo expresar mis emociones porque me cierro, desde niño, nunca he podido, pero con mis amigos si puedo expresarlas, con ellos puedo ser más yo. La mayor parte del tiempo me siento bien, estable” (Sujeto 4, 18 de Enero del 2012, segunda entrevista)

Pareciera que todos a todos los sujetos entrevistados les cuesta trabajo expresar sus emociones en especial las que son percibidas como negativas, como es el caso de la tristeza, esto posiblemente se deba a un aspecto de género, la sociedad dictamina que está bien sentir y que no, dependiendo de si eres hombre o mujer, y en este caso la tristeza es algo que todavía actualmente no está bien visto o permitido en los hombres, pareciera que este discurso se ha asimilado y llevado a la práctica. Incluso la expresión emocional es algo que los hace sentir vulnerables y que de alguna manera les produce malestar.

Los sujetos reportaron que la mayor parte del tiempo se sienten bien, tranquilos, independientemente de su configuración familiar.

Existe una relación entre lo afectivo y lo cognitivo, lo cual define al bienestar como una valoración subjetiva entre la satisfacción de la persona y su grado de complacencia entre aspectos globales en donde predominan más los estados de ánimo positivos.

Todos los sujetos coincidieron en que no estaban 100 % satisfechos con su vida ya que les gustaría cambiar algo en especial en el plano familiar, en especial lo que se refiera a la comunicación y a la confianza, a todos les gustaría que éstas se dieran más con los miembros de su familia, sin embargo, también estuvieron de acuerdo en que así son las cosas y ven difícil que pudiera cambiar, así que optan por acostumbrarse.

Todos coincidieron que, para ellos, el bienestar es estar bien, estar tranquilos y en armonía con todas las áreas de su vida.

¿Para ti que es bienestar?

“Estar bien, estar pleno, estar satisfecho” (Sujeto 1, 10 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Pues una armonía tanto física como mental, sentirte bien contigo mismo y con tu entorno” (Sujeto 2, 17 de Noviembre del 2011, segunda entrevista)

“Pues estar tranquilo contigo mismo, yo creo, si estar como...no tener culpas ni cosas que deber a la agente” (Sujeto 3, 4 de Enero del 2012, segunda entrevista)

“Es sentirme pleno, sentirme bien tanto física y emocionalmente este tener un equilibrio” (Sujeto 4, 9 de Febrero del 2012, segunda entrevista)

Reportando que en mayor o menor medida todos se sienten así la mayor parte del tiempo, considerando a su familia como generadora de bienestar, sin embargo, todos coincidieron que pese a que la veían como generadora de bienestar todavía les hacía falta algo, ya que no se sentían totalmente satisfechos con ella, en especial con algún miembro de la familia. Al parecer es difícil poder generalizar a una familia como generadora de bienestar porque influyen varios factores en especial las relaciones que los sujetos tienen con cada uno de los miembros de tal manera que algunos pueden decir que alguien de su familia les proporciona bienestar pero que otros no, o que pese a que se hacen actividades en común con ellos la comunicación resulta ser siempre superficial lo que hace que no estén totalmente satisfechos.

Algo que es importante destacar, y es un punto a favor de la diversidad de arreglos familiares, es que los vínculos que las personas tienen con su grupo de pertenencia; o familia de parentesco, siguen estando presentes y de manera muy directa. La red social de apoyo, al menos en nuestro país se ve reflejada en la familia, los abuelos, tíos, etc. Todos ellos representan una fuerte ayuda, en especial para las familias monoparentales con cabeza de jefatura femenina. Y no solo la familia representa una red social de apoyo, en las entrevistas se puede ver como los amigos son un aspecto fundamental que contribuyen con un mayor bienestar, pese a esto también manifestaron que a pesar de que a veces se sienten mal, no les gusta que los demás lo sepan, como si al decir cómo se sienten los hiciera ver vulnerables y eso les produce malestar.

No hay una pregunta concreta para esto

“Nunca me ha gustado que me vean así, como que me siento mal y así. No quiero que me vean vulnerable” (Sujeto 1, 29 de Octubre del 2011, primera entrevista)

“No sé porque pero desde que me acuerdo nunca me ha gustado llorar, no me gusta que me vean así” (Sujeto 2, 30 de Octubre del 2011, primera entrevista)

El bienestar en este caso tendría que ver con no abrirse tanto emocionalmente, ya que esto los lleva a sentirse vulnerables ante los demás.

Seidler (2006) menciona que los hombres aprenden a temer a sus emociones y sentimientos porque estos pueden hacerlos traicionar su identidad como hombres heterosexuales.

La familia sigue teniendo un peso muy importante; a la hora de analizar el bienestar existen varios factores que están en juego, como es la comunicación y la confianza que se tiene con cada miembro de la familia y no tanto al estructura sin embargo de esta se desprenden precisamente el tipo de relación que se puede llegar a establecer y el tipo de comunicación que se da, la estructuración es posible que no determine el bienestar pero si influye de manera directa en este.

Otro punto importante es la esfera de lo emocional, pareciera que los estereotipos de lo que un hombre debe ser y como debe reaccionar están muy marcados y el dejar ver su lado sensible es algo que ellos relacionan con malestar.

Conclusiones

¿Cómo se relaciona el bienestar psicológico percibido por los jóvenes con el tipo de configuración familiar en la que residen?

El tema del bienestar, según los resultados obtenidos en este estudio, se relaciona con muchos factores. Uno de los factores más importantes que determinan el grado de bienestar que tiene una persona tienen que ver con su red social de apoyo, pareciera que para los sujetos entrevistados el tener amigos o una pareja que los apoye y con los cuales compartir, no sólo tiempo, sino sus vivencias diarias y sus sentimientos es algo importante, incluso más importante que las relaciones que tienen con sus familiares directos. Lo anterior posiblemente se deba a la etapa de vida en la que están en estos momentos. Se supondría que los satisfactores que causan bienestar cambian en cada etapa y en los jóvenes es precisamente su red social de apoyo la que les brinda bienestar, el tema de la confianza y comunicación es otro punto que al parecer brinda bienestar, la calidad en las relaciones es más importante que la cantidad de las mismas y entre más confianza y más a gusto se sientan, sus niveles de bienestar son más elevados. La comunicación y confianza que se tienen, no sólo con la familia, sino con los amigos (red social de apoyo) resultaron ser básicas y fundamentales como elementos que proporciona bienestar, algo interesante ya que las entrevistas arrojaron que a todos los sujetos en mayor o menor medida les cuesta trabajo confiar en las personas e incluso abrirse con ellas para platicarles cómo se sienten, pese a que sean sus amigos, tal vez por esta misma razón para ellos sea fundamental que estos factores estén presentes en alguna medida y les den un peso tan importante como generadores de bienestar.

Otro elemento importante son las metas a corto, mediano y largo plazo y la viabilidad de las mismas, parece que de alguna manera no solo basta con plantearse metas, sino que ellos piensen que es posible que estas metas se puedan llevar a cabo lo que les proporciona cierto grado de tranquilidad y bienestar.

Se supondría que un sujeto presenta alto bienestar si tiene satisfacción con su vida y las emociones positivas son predominantes, al contrario, un sujeto presenta bajo bienestar si expresa insatisfacción con su vida y frecuentes emociones negativas, algo que se vio reflejado en este estudio. La satisfacción resultó ser un factor importante que determina el bienestar de una persona, esta satisfacción se puede dar en muchas áreas, no es necesario que estén 100 % satisfechos con su vida familiar ya que esto no determina la satisfacción que puedan tener en otras áreas. El estudio demostró que ningún sujeto está totalmente satisfecho con su dinámica familiar, sin embargo al preguntarles a manera general su grado de satisfacción, este resultó ser más elevado que lo que se pensaría, además el grado de insatisfacción que presentan en su vida familiar se percibe como algo asimilado, que causó problemas en el pasado, pero que en estos momentos se sabe manejar de una manera que pareciera más sana para los sujetos.

¿Cuáles y cómo son las configuraciones familiares de las cuales forman parte los sujetos entrevistados?

Como ya se mencionó los 4 sujetos provenían de configuraciones familiares diferentes:

| | |
|----------|-------------------------------------|
| Sujeto 1 | - Familia nuclear de doble ingreso. |
| Sujeto 2 | - Familias nucleares monoparental. |
| Sujeto 3 | - Familia nuclear convencional. |
| Sujeto 4 | - Familia extensa. |

¿Qué características de estas configuraciones familiares están relacionadas con la experiencia de bienestar psicológico en los sujetos entrevistados?

Los sujetos que reportaron mayor bienestar psicológico lo reportaron en relación no a su configuración familiar sino a la *comunicación y la confianza* que existe con cada uno de los miembros de sus familias, de manera general el grado de bienestar que reportaron los sujetos no fluctuó mucho de una configuración familiar a otra, habiendo excepciones pero que tiene que ver más con la mala comunicación y la desconfianza que pueda existir en la familia.

¿Cuáles son las vivencias expresadas por los entrevistados que están relacionadas con el bienestar/malestar psicológico de los mismos?

Algunas de las vivencias que acompañan el bienestar psicológico tienen que ver con sentirse pleno y satisfecho en todas las áreas de la vida, todos los sujetos reportaron que para ellos el bienestar tiene que ver con estar tranquilo tanto física, como mentalmente; estar en una especie de equilibrio.

Estas vivencias en la esfera familiar tienen que ver más con la comunicación que se da y con la relación que se tiene con cada uno de ellos, de tal manera que es difícil generalizar si una familia es proveedora de bienestar porque influyen varios factores algunos de los cuales les proporciona bienestar y otros no.

En el área social, las vivencias están encaminadas más a la confianza y a la red social de apoyo con la que cuentan los sujetos, de hecho los resultados de la evaluación de bienestar psicológico (Ver anexo 3) reportaron que para todos los sujetos su grado de autonomía es bajo, en contraste con lo que ellos opinaron donde todos se ven como sujetos independientes. Se podría pensar que en estos momentos les cuesta trabajo tomar decisiones y les es muy importante la opinión de los demás, en especial de sus pares.

El área laboral es otro factor importante en cuanto a las vivencias que acompañan al bienestar, al menos a nivel imaginario, pero que está presente en estos

momentos. Todos coincidieron en que el trabajo es importante no sólo por la remuneración económica que se pueda percibir sino por el grado de satisfacción que les brinda poder hacer lo que les gusta en algún momento de sus vidas, manifestado preocupación por este punto, esto posiblemente se deba a varios factores, uno es a la etapa de vida en que están en estos momentos, finalizando sus estudios y otro es la crisis actual que existe en México en relación al mercado laboral.

Por el contrario las vivencias que acompañan el malestar están encaminadas a no estar tranquilos y conformes con lo que se tiene, a no tener un equilibrio en sus vidas, equilibrio que desde su visión abarca todas las áreas de esta. Sin embargo todos manifestaron en estos momentos sentirse bien, pese a que no tienen todo lo que quiere, en especial en la esfera familiar, pareciera que de alguna u otra forma ya están acostumbrados a no estar totalmente satisfechos

¿Cuáles de estas vivencias están relacionadas con la configuración familiar y cuáles están relacionadas con otras posibles dimensiones?

La configuración familiar pareciera que no determina el grado de bienestar que vive un sujeto, sin embargo considero que es un factor importante ya que de ahí se dependen características y herramientas personales con las cuales cuentan las personas para afrontar sus problemas y su día a día, así como la manera en que se relacionan con las demás personas.

No es tanto la configuración familiar la que determina el bienestar sino mas bien el tipo de relaciones y las características de estas relaciones con cada uno de los miembros de la familia, pareciera que el tema de confianza aquí vuelve a ser relevante ya que todos los sujetos reportan un nivel de bienestar más bajo cuando perciben que no hay confianza con los miembros de su familia y que la comunicación resulta muy superficial. Todos los sujetos reportaron que en menor o mayor medida la comunicación y la confianza es algo básico y que hace falta en su familia abriendo una nueva línea de investigación en donde, por un lado, sabemos que esto hace falta, pero por el otro todos los sujetos manifiestan que prefieren acostumbrarse a esta situación, ya que creen que sería muy difícil modificarla, sería interesante investigar que está pasando ahí y cómo poder modificar esta situación que pareciera ser incómoda para los sujetos y que de alguna u otra manera impacta en su bienestar.

Algo más...

Un dato interesante que arrojó este estudio es que al parecer los sujetos al pensar y visualizarse en un futuro en una relación de pareja todos conciben en que no se ven casados ni con hijos poniendo de manifiesto que en efecto el matrimonio está dejando de tener el peso que tenía y que a la hora de construir una vida en pareja esto no es fundamental a menos no a corto y mediano plazo. Pareciera que las aspiraciones personales y laborales tienen un peso más importante que el pensar en construir una familia.

Otro dato interesante, y que de alguna manera u otra tiene relación con la historia familiar, son los roles imaginarios que se plantean tiene o debería tener una

pareja, en la mayoría de los casos los sujetos reportaron que llegado el momento les gustaría compartir los gastos con sus parejas, no siendo ellos solos los encargados de mantener el hogar, manifestando que era algo normal para ellos puesto que en sus casas de origen así lo habían visto y vivido y les parecía justo. En definitiva los roles que antes jugaba una mujer dentro de la familia y la sociedad están cambiando y este cambio se ve reflejado ya no solo en la esfera femenina sino que en la masculina también.

Algo que resultó ser importante para lograr a cabo esta investigación es la metodología que se empleó, la entrevista a profundidad arrojó mucho material interesante con el cual trabajar, proporcionando datos para poder contestar la pregunta de investigación y cumplir con los objetivos previamente establecidos. La evaluación también cumplió con su finalidad, ayudando, no como una metodología más, sino complementaria de la entrevista, pudiendo de esta manera triangular la información.

Personalmente considero que la estructuración familiar es un factor determinante en cuanto a bienestar psicológico se refiere, no tanto por la configuración misma sino más bien por todo lo que esta trae consigo. Como se pudo ver en esta investigación en donde la comunicación y la confianza resultaron ser un factor determinante de bienestar.

Creo que el pertenecer a una familia nuclear tradicional no es sinónimo de bienestar y que muchas veces todos los cambios que las nuevas configuraciones traen consigo te proporcionan una gama de mayores herramientas con los cuales lidiar con los problemas y desenvolverte en el día a días, así como una manera más sana de relacionarte con tu entorno, lo que a su vez te lleva a un mayor bienestar psicológico. Como en el caso de todos los sujetos entrevistados en donde todos coincidieron en que a pesar o gracias a la configuración familiar de ellos mismos como de sus amigos cercanos el pertenecer a una familia no tradicional no es percibido como algo negativo o como algo que produce malestar.

Comparto la idea de que la confianza y la comunicación que se tiene dentro de la familia son factores importantes que hacen que una persona se sienta más satisfecha y con mayor bienestar. Creo que aunque pudiera parecer simple, estas cosas se aprenden desde casa y de alguna manera se extrapolan a todas las demás esferas, tal vez por eso para los sujetos en este estudio resultaron ser satisfactores fundamentales en cuanto a bienestar se refiere, porque no están satisfechos con ellos en casa y aunque es algo que se quiere y se busca afuera, les cuesta trabajo confiar y comunicarse con los demás tal vez por una cuestión de aprendizaje. Considero que aquí se abre otra línea de investigación que sería interesante explorar y cómo todo esto pudiera ser un tema relevante en cuanto a psicoterapia se refiere, el cómo para los hombres, la confianza y la comunicación pareciera ser algo fundamental, sin embargo les cuesta trabajo abrirse y confiar en los demás repercutiendo esto de manera directa en el bienestar que reportan.

En relación a la perspectiva de género el ser hombre y todo lo que esto trae consigo ya sean conductas, pensamientos y sentimientos están permeados de manera directa con una perspectiva de género, con una imagen o un ideal de lo que la sociedad espera que un hombre haga, diga, piense y sienta tanto dentro de la familia como fuera de esta.

Todavía se asocia el mundo de la producción y el trabajo a la figura masculina y el mundo de la casa y la familia a la femenina; sin embargo, las nuevas generaciones de hombres van conjuntando estos dos mundos de tal manera que pareciera que hoy en día no están tan separados y cada vez se producen menores malestares emocionales para un hombre al involucrarse con las tareas del hogar y el cuidado de los hijos. Un aspecto importante que desde mi punto de vista favorece el que ambos mundos cada vez se vean menos separados es la incursión de la mujer en el mercado laboral y la visión que el hombre de estas nuevas generaciones tiene acerca de esto, el aporte al ingreso de la economía familiar que las mujeres brindan es visto más allá de una ayuda, un ingreso complementario y es algo que pareciera ahora se espera que hagan. La imagen ideal de la familia mantenida por un único salario, debido a múltiples factores económicos no solo a una perspectiva de género, en la clase media se está perdiendo o está dejando de tener el mismo impacto que tenía hace apenas algunos años.

Algo que sigue estando muy presente y rebasa las fronteras genéricas es la negación de ciertos sentimientos que son considerados como femeninos y la dificultad que hasta la fecha les cuesta a los hombres hablar con otras personas de lo que les pasa, creando esto patologías que se ven reflejadas no solo en los sentimientos sino en las conductas de muchos hombres.

Agregándole algo más a todo esta situación está el hecho de que a pesar de lo mal que se puedan sentir ellos en determinado momento les es sumamente difícil buscar ayuda y se van por el camino de pretender que todo está bien ante los ojos de los demás, creo que aquí se abriría otro camino de investigación para saber cómo como psicoterapeutas podemos impactar en la vida de nuestros consultantes masculinos ayudándolos a encontrar maneras para expresar sus sentimientos que a su vez impacten en sus conductas y pensamientos.

Psicoterapia y configuraciones familiares

Creo que como psicoterapeutas es fundamental analizar el contexto familiar de los consultantes en algún momento del proceso ya que de ahí se desprenden muchas conductas, ideas y sentimientos que pudieran estar repercutiendo en la problemática de los consultantes y que podemos utilizar como una herramienta más dentro del proceso. Además considero el qué decimos y cómo lo decimos nosotros como terapeutas tiene una relación directa con nuestra historia familiar por ello creo que no solo es importante analizar el contexto familiar del consultante sino el nuestro también, ya que de alguna manera todo esto impacta en nuestro quehacer profesional.

No se puede negar el peso tan grande que en estos días está teniendo la heterogeneidad familiar, las nuevas configuraciones familiares van en aumento y como psicoterapeutas es importante conocer todos los supuestos que están en juego ya que de manera directa

o indirecta ahí residen muchas visiones personales y sociales de ver el mundo y a nosotros mismos.

Considero que esta investigación solo fue un paso más para entender un poco acerca de todos estos supuestos y estas visiones que están en juego a la hora de hablar y analizar las diferentes configuraciones familiares , creo que el camino es muy amplio y todavía queda mucho por conocer e indagar sobre este tema.

Considero que el tema de la confianza y la comunicación-fue un factor clave a la hora de hablar de bienestar en jóvenes, me parece que como psicoterapeutas tenemos que tenerlo muy presente ya que es precisamente en el contexto de la terapia donde podemos ayudar a fortalecer estas dimensiones en la dinámica familiar, de tal manera que podamos tener una repercusión más directa en cuanto a bienestar psicológico en los jóvenes.

Referencias:

Beutelspacher, A., Martelo, E. (2000). Desarrollo, bienestar y género: consideraciones teóricas. *La ventana publicaciones*. 11 (Pp. 73-118)

Burín, M., Dio Bleichmar, E. (1996). *Género, psicoanálisis y subjetividad*. (Pp. 61-99 y 289-313). Argentina: Paidós

Burin, M., Meler, I. (1998). Ámbito familiar y construcción de género. El divorcio: la guerra entre los sexos en la sociedad contemporánea. *Género y familia poder, amor y sexualidad en la construcción de la subjetividad*. (Pp. 71-86 y 233-526). Buenos Aires: Paidós.

Burin, M., Meler, I. (2000). Género. Una herramienta histórica para el estudio de la subjetividad masculina. *Varones, género y subjetividad masculina*. (Pp. 21-69). Buenos Aires: Paidós.

Burin, M. (2007). Género masculino, trabajo y subjetividad. Precariedad laboral y crisis de la masculinidad. (Pp. 1-9). Buenos Aires: Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales.

Castells, M. (2000). El fin del patriarcado: movimientos sociales, familia y sexualidad en la era de la información. *La era de la información. Siglo XXI*. (Pp 159-269)

Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico. *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. (Pp. 11-29). Buenos Aires: Paidós.

Cantón, J., Cortés, M., y Díaz, M. (2000). Proceso familiares, cambios ecológicos y adaptación de los hijos. Conflictos matrimoniales, divorcio y desarrollo de los hijos. (Pp. 161-195). Madrid: Pirámide.

C. Fdez. Villanueva, R. Dguez. Bilbao, J. C. Revilla Castro, A. Anagnostou, M. Sancho Hdez. (2003). Inercia y ambivalencia en la transformación de la vida familiar. *La igualdad de oportunidades. Los discursos de las mujeres sobre avances, obstáculos y resistencias*. (Pp. 227-327). España: ICARIA

Collignon, M., Rodríguez, Z, Bárcenas, K. (2010). Matrimonio y familias en México: configuraciones histórico-sociales. *La vida amorosa, sexual y familiar en México*. (Pp. 135-173). ITESO.

Connell, R. W. (1997). La organización social de la masculinidad. *Masculinidades poder y crisis*. (Pp. 31-48). Santiago: FLACSO.

Díaz, G. (2001), El bienestar subjetivo. Actualidad y perspectivas. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 6.

García, C., Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 16

Giberti, E. (2005). *La familia, a pesar de todo*. Argentina: Noveduc.

Esteinou, R. (1999). Fragilidad y recomposición de las relaciones familiares. *Desacatos, revista de antropología*. 2 (Pp. 11-25).

Esteinou, R. (2008). La familia en el siglo XX. 1970-2000. *La familia nuclear en México: Estructuras de su modernidad S XVI al XX*. (Pp. 283-331) México: Porrúa.

Enríquez, R. (2010). Configuraciones/reconfiguraciones familiares y violencia domestica/social en la ZMG. *Diagnóstico sobre la realidad social, económica y cultural de los entornos locales para el diseño de intervenciones en materia de prevención y erradicación de la violencia en la región centro*. (Pp. 97-136). Proyecto INCIDE-SEGOB.

Enríquez, R. (2010). La entrevista en profundidad. Material no publicado.

Gutiérrez, M. (2007). Género, familias y trabajo: rupturas y continuidades. *Desafíos para la investigación política*. (Pp. 23-74). Buenos Aires: CLACSO.

Jelin, E. (1998). Pan y afectos. *La transformación de las familias*. (Pp. 15-82). Argentina: Fondo de cultura económica de Argentina.

Mauro, A., Araujo, K. & Godoy, L. (2001). Trayectorias laborales masculinas y cambios en el mercado del trabajo. *Hombres: Identidades y violencia*. (Pp. 55-71). Santiago: FLACSO.

Olavarria, M. J. (2001). Masculinidades en la cultura de la globalización. *Hombres: Identidades y violencia*. (Pp. 37-54). Santiago: FLACSO.

Pontón, L. (1997). Introducción. Mitos y Creencias sobre la vida familiar. El devenir de la relación de pareja en el México contemporáneo. *La familia en la ciudad de México*. (Pp.11-15 y 61-101 y 103-111). México: Porrúa.

Rodríguez, G., Flores, J. (1996). Aspectos básicos sobre el análisis de datos cualitativos. Cuestionario. *Metodología de la investigación cualitativa*. (Pp. 185-218). España: Aljibe.

Segarra, M. (2000). Varones, género y salud mental: Deconstruyendo la normalidad masculina. *Nuevas masculinidades*. (Pp. 41-64). Barcelona: Icaria.

Seidler, V. (2006). Trasformar la masculinidad. *Debates sobre masculinidades poder, desarrollo, políticas públicas y ciudadanas*. (pp. 31-56). Universidad Nacional autónoma de México, México.

Vara, M. (2006). Precarización de la existencia y huelga de cuidados. *Estudios sobre género y economía*. (Pp 104-135). España: Akal.

COEPO. Obtenido el 5 de Mayo del 2012, desde <http://coepo.jalisco.gob.mx/PDF/Notasinformativas/notacoepo20113.pdf>.

COEPO. Obtenido el 27 de Agosto del 2012, desde <http://coepo.app.jalisco.gob.mx/PDF/LibroJaliscoencifras/Introduccion.pdf>.

INEGI 2010 (S. F.). Obtenido el 5 de mayo del 2012, desde <http://www.inegi.org.mx/sistemas/mexicocifras/default.aspx?src=487&ent=14> en <http://www.censo2010.org.mx/>

Reglamento de la Ley General De Salud en Materia de Investigación en <http://transparencia.chihuahua.gob.mx/attach2/sfs/salud/uploads/REGLAMENTO%20de%20la%20Ley%20General%20de%20Salud%20en%20Materia%20de%20Investigacion%20para%20la%20Salud.pdf>

Anexo 1:
Guion para la primera sesión de entrevista

Apartado personal:

- ¿Cómo te llamas?
- ¿Cuántos años tienes?
- ¿Qué estudias?
- ¿Por qué decidiste estudiar eso?
- ¿Qué es lo que más te gusta de lo que estudias?
- ¿Qué es lo que menos te gusta de lo que estudias?
- ¿Tú crees que tu historia familiar influyo de alguna manera para que tu escogieras esa carrera?

Apartado familiar:

- ¿Qué tipo de estructuración es tu familia?
- ¿Cuántos hermanos tienes?
- ¿Qué número de hijo (a) eres?
- ¿Cómo es la relación con tus padres?
- ¿Cómo es tu relación con ellos?
- ¿Cómo es la relación con tus hermanos?
- ¿Cuáles son los recuerdos más significativos que tienes de tu infancia?
- ¿Consideras que tu vida familiar tuvo algún impacto en tu personalidad?
- ¿De qué manera?
- ¿En qué ha cambiado tu dinámica familiar de cuando eras niña a ahora?
- ¿Qué perspectiva tienes de tu familia y tu relación con ellos para un futuro?

Apartado relacional:

- ¿Tienes pareja actualmente? ¿Cuánto tiempo llevas con ella? ¿Cómo es su relación?
- ¿Alguna vez has tenido un problema con algún miembro de tu familia por tu elección de pareja?
- ¿Cómo es tu relación con tus amigos?
- ¿Qué es lo que te gusta hacer con ellos?
- ¿Alguna vez has tenido un problema con algún miembro de tu familia por tu elección de amigos?
- ¿Cuando tienes un problema a quien acudes y por qué?

Metas a mediano plazo De aquí a 5 años.

- ¿Cuáles son tus metas laborales?
- ¿Cómo te ves con tu pareja de aquí a 5 años?
- ¿Cómo te visualizas con tus amigos de aquí a 5 años?
- ¿Qué es lo que quieres de tu vida de aquí a 5 años?
- ¿Crees que tu historia familiar tiene relación en las metas que acabas de mencionar?

Apartado emocional:

- En general ¿me cuesta trabajo expresar mis emociones?

¿Cuáles son las emociones que más tengo en el día?

¿Puedo controlar mis emociones?

¿Qué emociones son las que más están presentes en mi dinámica familiar? Algunas de ellas ¿se reflejan en mis relaciones sociales?

Las segundas entrevistas se relacionaron tomando como base la primera entrevistas por lo tanto fueron individualizadas.

Anexo 2:
Escala BIEPS-A (Adultos)

Apellido: _____ Nombres: _____

Edad: _____ Sexo: _____

Fecha de hoy: _____

Personas con quienes vivo: _____

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuestas son: Estoy de acuerdo, Ni de acuerdo no en desacuerdo, Estoy en desacuerdo. No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz en uno de los tres espacios.

De acuerdo/ Ni a. ni d. / En desacuerdo

- 1.- Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.
- 2.- Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.
- 3.- Me importa pensar que haré en el futuro.
- 4.- Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.
- 5.- Generalmente le caigo bien a la gente.
- 6.- Siento que podré lograr las metas que me proponga.
- 7.- Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.
- 8.- Creo que en general me llevo bien con la gente.
- 9.- En general hago lo que quiero, soy poco influenciable.
- 10.- Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.
- 11.- Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.
- 12.- Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.
- 13.- Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.

Anexo 3

Resultados de la evaluación de bienestar psicológico:

Sujeto 1: Familia nuclear de doble ingreso.

Sujeto 2: Familias nucleares monoparental con mujer a la cabeza.

Sujeto 3: Familia nuclear convencional.

Sujeto 4: Familias extensa.

- **Primer sujeto:**
 - **Puntaje directo:** 34
 - **Percentil 25** (Por debajo de la media)

Dimensiones

| Dimensiones BIEPS | Ítems |
|--------------------|--------------|
| Aceptación/Control | 2, 11 y 13 |
| Autonomía | 4, 9 y 12 |
| Vínculos | 5, 7 y 8 |
| Proyectos | 1, 3, 6 y 10 |

Autonomía:

Puntuaciones bajas indican que es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le preocupa lo que piensen los otros.

- **Segundo sujeto:**
 - **Puntaje directo:** 23
 - **Percentil:** 5 (Muy por debajo de la media)

Dimensiones

| Dimensiones BIEPS | Ítems |
|--------------------|--------------|
| Aceptación/Control | 2, 11 y 13 |
| Autonomía | 4, 9 y 12 |
| Vínculos | 5, 7 y 8 |
| Proyectos | 1, 3, 6 y 10 |

Autonomía:

Puntuaciones bajas indican que es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le preocupa lo que piensen los otros.

- **Tercer sujeto:**
 - **Puntaje directo** 32
 - **Percentil 25** (por debajo de la media)

Dimensiones

| Dimensiones BIEPS | Ítems |
|--------------------|--------------|
| Aceptación/Control | 2, 11 y 13 |
| Autonomía | 4, 9 y 12 |
| Vínculos | 5, 7 y 8 |
| Proyectos | 1, 3, 6 y 10 |

Autonomía:

Puntuaciones bajas indican que es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le preocupa lo que piensen los otros.

Proyectos:

Puntajes bajos indican que tiene pocas metas y proyectos, le cuesta trabajo establecer que la vida tenga algún propósito.

- **Cuarto sujeto:**
 - **Puntaje directo:** 37
 - **Percentil:** 75 (por arriba de la media)

Dimensiones

| Dimensiones BIEPS | Ítems |
|--------------------|--------------|
| Aceptación/Control | 2, 11 y 13 |
| Autonomía | 4, 9 y 12 |
| Vínculos | 5, 7 y 8 |
| Proyectos | 1, 3, 6 y 10 |

Autonomía:

Puntuaciones bajas indican que es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le preocupa lo que piensen los otros.